

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Programa "Kutirimpuy" para fomentar las habilidades
sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de
Huancayo 2022**

Yumara Kiria Fernandez Espejo
Karito Mayumi Cuba Tovar

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2023

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

DEDICATORIA

A Dios por darnos la vida y por todas las cosas que nos da día a día, a nuestros padres por el esfuerzo que hacen por nosotras, a nuestros asesores por ser nuestros educadores y guías en nuestra formación.

Las autoras

AGRADECIMIENTOS

A nuestro docente por la asesoría brindada desde el inicio hasta el final.

A los participantes de la investigación por su gentil y desinteresada colaboración para el logro de los objetivos de este estudio.

Las autoras

ÍNDICE

PORTADA.....	i
DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE.....	4
ÍNDICE GENERAL.....	7
Resumen.....	10
Abstract.....	11
Introducción.....	12
CAPÍTULO I.....	14
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.1 Planteamiento del problema.....	14
1.2 Formulación del Problema.....	16
1.2.1 Problema general.....	16
1.2.2 Problemas específicos.....	16
1.3 Objetivos.....	17
1.3.1 Objetivo general.....	17
1.3.2 Objetivos específicos.....	17
1.4 Justificación.....	18
1.4.1 Justificación teórica.....	18
1.4.2 Justificación práctica.....	18
CAPÍTULO II.....	20
MARCO TEÓRICO.....	20
2.1 Antecedentes.....	20
2.1.1 Internacionales.....	20

2.1.2 Nacionales	23
2.1.3 Locales.....	25
2.2 Bases teóricas	28
2.2.1 Tipología de las habilidades sociales de Arnold Goldstein.....	29
2.2.2 Teoría de las habilidades sociales de la OPS/OMS.....	32
2.3 Definición de términos básicos:	44
CAPÍTULO III	49
HIPÓTESIS Y VARIABLES	49
3.1 Hipótesis	49
3.1.1 Hipótesis General	49
3.1.2 Hipótesis Específicas.....	49
3.2. Operacionalización de la variable variables	51
CAPÍTULO IV	56
METODOLOGÍA.....	56
4.1 Método y alcance de la investigación.....	56
4.1.1 Enfoque de la investigación.....	56
4.1.2 Tipo de investigación	56
4.1.3 Nivel de investigación	56
4.1.4 Diseño de la investigación.....	56
4.2 Población y Muestra	57
4.2.1 Población	57
4.2.1 Muestra	58
4.3 Instrumentos de recolección de datos	58
4.3.1 Técnicas	58
4.3.2 Instrumentos	58
4.4 Técnicas de análisis de datos	63

4.5 Aspectos éticos	64
CAPÍTULO V	66
RESULTADOS	66
5.1 Resultados y análisis.....	66
5.2 Discusión de resultados	84
Conclusiones.....	93
Recomendaciones	96
Referencias bibliográficas	97
ANEXOS	101

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Validación de constructo por criterio de jueces del cuestionario de habilidades sociales	61
Tabla 2 Frecuencia y porcentajes de datos del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy para mejorar las habilidades sociales	66
Tabla 3 Frecuencias y porcentajes de la dimensión primeras habilidades sociales del pretest y postest	67
Tabla 4 Frecuencia y porcentajes de datos de la dimensión habilidades sociales avanzadas del pre y postest	68
Tabla 5 Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos del pre y postest.....	69
Tabla 6 Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión del pre y postest	70
Tabla 7 Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales para combatir el estrés del pre y postest	71
Tabla 8 Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales de planificación del pre y postest.....	73
Tabla 10 Prueba de normalidad de Shapiro Wilk para muestras.....	74
Tabla 11 Habilidades sociales en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada	75
Tabla 12 Dimensión 1: Primeras habilidades sociales en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada	77
Tabla 13 Dimensión 2: habilidades sociales avanzadas en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada	78
Tabla 14 Dimensión 3: habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada.....	79
Tabla 15 Dimensión 4: habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada	81

Tabla 16 Dimensión 5: habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada	82
Tabla 17 Dimensión 6: habilidades sociales de planificación en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada.....	83

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Muestra en porcentajes del pre y postest del desarrollo de las habilidades sociales	66
Figura 2 Muestra en porcentajes de la dimensión primeras habilidades sociales del pre y postest.....	67
Figura 3 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales avanzadas del pre y postest.....	69
Figura 4 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos del pre y postest.....	70
Figura 5 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión del pre y postest	71
Figura 6 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales para combatir el estrés del pre y postest.....	72
Figura 7 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales de planificación del pre y postest.....	73

Resumen

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes de un Centro de Atención Residencial (CAR) de la ciudad de Huancayo (2022). De esta manera, dicho estudio tuvo un diseño metodológico cuasiexperimental, tipo aplicada, de nivel tecnológico, que está caracterizado con un procedimiento de pretest y postest en un solo grupo, la muestra estuvo conformada por 30 adolescentes. Se utilizó como instrumento el Test de habilidades sociales de Goldstein; se aplicó la prueba no paramétrica de comparación de medias de W de Wilcoxon para muestras relacionadas para la contrastación y prueba de hipótesis; donde se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy fomenta e influye significativamente (Wilcoxon = -4.574; $p=0.000$) en el desarrollo de las habilidades sociales. También, se evidenció que el programa Kutirimpuy fomenta e influye significativamente en el desarrollo de las dimensiones “primeras habilidades sociales” (Wilcoxon = -4.055; $p=0.000$), “habilidades sociales avanzadas” (Wilcoxon = -4.223; $p=0.000$), “habilidades sociales relacionadas a los sentimientos” (Wilcoxon = -3.957; $p=0.000$), “habilidades sociales alternativas a la agresión” (Wilcoxon = -4.353; $p=0.000$), “habilidades sociales para combatir el estrés” (Wilcoxon = -4.136; $p=0.000$) y las “habilidades sociales de planificación” (Wilcoxon = -4.055; $p=0.000$). Además, la presente investigación tuvo un alcance de conocer y determinar el nivel de las habilidades sociales, en cuya gran mayoría se evidenció niveles bajos en el pretest y niveles medio en el postest. Por otra parte, en el presente estudio se tuvo una limitación al momento de aplicar el programa, ya que solo estaba diseñado para adolescentes y se tenía el tiempo limitado, así como el número de sesiones que fueron cortas para que el adolescente cumpla satisfactoriamente los indicadores establecidos para el buen desarrollo de las habilidades sociales.

Palabras clave: programa Kutirimpuy, habilidades sociales.

Abstract

The purpose of this research was to determine the influence of the "Kutirimpuy" program to develop social skills in adolescents from a CAR in the city of Huancayo (2022). Likewise, said study had an experimental design, applied type, technological level, which is characterized with a pretest and posttest procedure in a single group, the sample consisted of 30 adolescents. The "Goldstein Social Skills Test; The Wilcoxon W non-parametric mean comparison test was applied for related samples for contrasting and hypothesis testing; where it was concluded that the "Kutirimpuy" Program promotes and influences significantly (Wilcoxon = -4.574; p = 0.000) in the development of "Social Skills", likewise it was evidenced that the "Kutirimpuy" Program promotes and influences significantly in the development of the dimensions "First Social Skills" (Wilcoxon = -4.055; p=0.000), "Advanced Social Skills" (Wilcoxon = -4.223; p=0.000), "Social Skills Related to Feelings" (Wilcoxon = -3.957; p=0.000), "Social Skills alternative to aggression" (Wilcoxon = -4.353; p=0.000), "Social Skills to combat stress" (Wilcoxon = -4.136; p=0.000) and the "Social Skills of planning" (Wilcoxon = -4.055; p=0.000). Likewise, the present investigation had a scope to know and determine the level of social skills, of which in the vast majority low levels were evidenced in the pretest and medium levels in the posttest, on the other hand, in the present study it was a limitation when applying the program, since it was only designed for adolescents and there was limited time, as well as the number of sessions that were short for the adolescent to satisfactorily meet the indicators established for the proper development of social skills.

Keywords: Kutirimpuy program, social skills.

Introducción

Las habilidades sociales son un manifiesto de conductas en ciertos contextos, las cuales expresan sus emociones, sentimientos, actitudes, deseos, opiniones (Caballo, 1999). La persona puede desarrollar sus capacidades y desenvolverse socialmente; la adolescencia es la etapa más complicada, ya que se encuentran múltiples cambios ya sean positivos o negativos (Fernández, 2015).

Es por ello que la presente investigación pretende desarrollar las habilidades sociales en los adolescentes de un CAR (centro de atención residencial) de la ciudad de Huancayo (2022) a través de la aplicación del programa Kutirimpuy, debido a que estas son herramientas conductuales que favorecen el mantenimiento de las relaciones interpersonales sanas en los diferentes contextos, pues en los albergues se presentan situaciones conflictivas debido a características como la falta de comunicación, falta de empatía, respeto e iniciativa en la toma de decisiones. También es, por ello, que se busca especificar de manera global los niveles y el incremento en el desarrollo de habilidades sociales con el propósito de dirigir las intervenciones posteriores, y nos basaremos en las diferentes teorías existentes, de tal manera que se ampliarán los conocimientos dados.

Describimos, en el capítulo I, la formulación del problema general y específicos, y el planteamiento del problema; así mismo se mencionan los objetivos específicos y generales, y se concluye con las limitaciones de la investigación y su justificación.

En el capítulo II, se abordan y se describen las anteriores investigaciones que se hicieron referente a este tema, también encontraremos estudios previos internacionales y nacionales, así como los aspectos teóricos y la definición de términos básicos que se derivaron de las dimensiones y variables de esta investigación.

Con relación al capítulo III, se encuentra el planteamiento de las hipótesis principales, así como las secundarias. Se realizó una definición operacional y conceptual, así como la operacionalización de las variables, donde se evidencia los indicadores y los ítems con sus respectivas dimensiones.

En el capítulo IV, se menciona y se describe el tipo de metodología utilizada, así como el tipo de investigación, el diseño muestral, la población, los instrumentos, y las técnicas estadísticas para el procesamiento de la información.

Finalmente, encontramos, en el capítulo V, los resultados que se obtuvieron mediante el empleo de instrumentos de evaluación de la variable; donde se evidencia el análisis inferencial; de igual manera en la comprobación de la hipótesis se utilizaron técnicas estadísticas, la discusión sobre la base de los resultados sustentados por el marco teórico, las conclusiones y recomendaciones de la investigación.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del Problema

Si bien es cierto, las habilidades sociales son un manifiesto de conglomerados de conductas que se emiten por una persona que se encuentra en cierto contexto rodeado de diversas personas que expresan sus emociones, sentimientos, actitudes, deseos, opiniones (Caballo, 1999). Y que, en el transcurso del pasar del tiempo, la persona puede desarrollar o disminuir sus capacidades pasar desenvolverse socialmente, y más aún si este individuo está en la adolescencia, ya que en esta etapa es la más complicada y los adolescentes se encuentran inmersos a múltiples cambios ya sean positivos o negativos (Fernández, 2015). No muy lejos de aquí, en Brasil, hubo una investigación acerca de las habilidades sociales y su relación con las conductas delictivas que se hizo en adolescentes de la ciudad de Ceará, de las cuales el 65.8 % presenta complicaciones en el desenvolvimiento de las habilidades sociales, así como en su gran mayoría estuvo implicada en actos delictivos y consumo de drogas (82.2 %); también se evidenció que un 31.3 % sufre de analfabetismo, y por último concluyeron que a bajos niveles de habilidades sociales se tendrá una alta prominencia e implicación a las drogas ($p=0.001$), baja escolaridad responsable (conductas delictivas; $p=0.001$) lo que hace que estos adolescentes (escolares) presenten una baja autoestima, autocontrol, asertividad, empatía de los cuales repercute y refleja en su bajo rendimiento académico, problemas familiares y lo que implique en su desarrollo social (Patricio et al. 2015).

En Perú se realizaron investigaciones acerca de las habilidades sociales y su posible relación con la adicción al internet, en las cuales se evidenció que los adolescentes (estudiantes de quinto de secundaria) del distrito de Las Piedras que se encuentra en el departamento de Madre de Dios presentan en su mayoría niveles parcialmente desarrollados

(62.8 %) en habilidades sociales así como moderados (58.8 %) y altos niveles de adicción al internet (16.7 %) que en efecto son cifras alarmantes en cuanto al poco desenvolvimiento y nivel que tienen estos estudiantes en sus habilidades sociales, así como también su alta es, por ello, es que se recomienda que dichos adolescentes participen en talleres y programas para el buen desarrollo de las habilidades sociales de los cuales podrán prevenir diversas adicciones y que mejoren en sus actividades académicas (Estrada et al. 2020).

Debido a los acontecimientos y problemas acerca del bajo nivel de las habilidades sociales en el Perú, causados por múltiples factores ya mencionados líneas arriba, es indispensable la elaboración y el empleo del programa para fomentar, enriquecer y desarrollar las habilidades sociales, en especial en los adolescentes de Centro de Atención Residencial (CAR) de la Sociedad de la Beneficencia de Huancayo, ya que dicho grupo etario (adolescentes) se considera una población vulnerable, es decir, no cuenta con la suficiente autonomía para defender sus derechos y libertades, así como también se les dificulta la sociabilización (MIMP, 2018). Muchas veces en los adolescentes sucede que no se logra de forma apropiada cambios positivos en el desarrollo de sus habilidades sociales ya que están condicionados por su nivel de cultura, económica y social, lo cual les impide progresar. Por ello, la necesidad de la aplicación del programa Kutirimpuy para desarrollar de manera eficiente las habilidades sociales en estos adolescentes, por lo que en su mayoría estuvo en estado de abandono, explotación y extrema pobreza, así como diversas circunstancias que han afectado la etapa de su adolescencia. Teniendo, así como finalidad de que sean capaces de tomar decisiones, trabajar en equipo, resolver conflictos, adecuarse a los cambios, controlar sus emociones, saber comunicar sus necesidades.

1.2 Formulación del Problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?
- ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?
- ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?
- ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?
- ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?
- ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”
- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”
- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”
- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”
- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”
- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy para el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”

1.4 Justificación

1.4.1 Justificación teórica

La presente investigación pretende desarrollar las habilidades sociales en los adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022), debido a que estas son herramientas conductuales que favorecen el mantenimiento de las relaciones interpersonales sanas en los diferentes contextos, puesto que en los albergues se presentan situaciones conflictivas, debido a características como la falta de comunicación, falta de empatía, respeto e iniciativa en la toma de decisiones. Es por ello que se busca especificar de manera global los niveles de habilidades sociales con el propósito de dirigir las intervenciones posteriores, y nos basaremos en las diferentes teorías existentes, de tal manera que se ampliarán los conocimientos dados.

1.4.2 Justificación práctica

Dicho estudio hará hincapié al uso del programa Kutirimpuy y de intervención a los adolescentes del CAR, ya que los investigadores cumplirán con la planificación respectiva, para que las albergadas respondan positivamente incrementando y desarrollando de manera positiva sus habilidades sociales. De esta manera, la importancia de esta investigación radica en establecer la eficacia del programa de intervención desde el ámbito psicológico de forma apropiada en las habilidades sociales desde edades tempranas, como estrategias de prevención, ayudando a las adolescentes del albergue a conocerse y lograr que se desenvuelvan mejor en su entorno social, reduciendo la violencia en todas sus manifestaciones y la presencia de conductas de riesgo, dando un lugar prioritario al abordaje psicológico en la prevención para mejorar las habilidades sociales.

De esta manera, para que se lleve a cabo esta investigación, la motivación de las autoras fue debido a la problemática sobre el bajo nivel de habilidades sociales que según el

MINSA (2021), a través de la psiquiatra Katherine Arias (2005), que en la etapa escolar el adolescente se ve afectada sus habilidades sociales y su autoestima, por lo que sus repercusiones se encuentran el bajo rendimiento académico, afectación cognitiva, bajos niveles de sociabilización, no tener autonomía en el trabajo, sentimientos de soledad, tristeza, los cuales afectarán su calidad de vida desarrollando posibles trastornos mentales. De esta manera, en el Perú se reportó en el 2022 que el 38.5 % de los adolescentes obtuvo niveles bajos en habilidades sociales, así como el 33.3 % se ubicó en la categoría promedio bajo en la dimensión comunicación de las habilidades sociales (Pilco y Sacaca, 2022). Es por ello que se desarrolló el programa Kutirimpuy para mejorar y desarrollar las habilidades sociales en los adolescentes, de los cuales podrán enfrentarse a situaciones y dificultades de la vida cotidiana, mostrando sus emociones, saludando, siendo empáticos, apoyando a las demás personas, etc.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Internacionales

Bernal et al. (2021), en su investigación para optar el grado de maestría, tuvieron como objetivo diseñar diversas estrategias lúdicas y productos transmedia (aplicaciones) para desarrollar habilidades sociales en estudiantes del Colegio Orlando Fals Borda de la localidad de Usme, que se encuentra en la ciudad de Bogotá, Colombia. Así mismo, dicha investigación fue de tipo cuasiexperimental de diseño descriptivo simple, la muestra estuvo conformada por 21 estudiantes de 11 y 12 años, las técnicas e instrumentos utilizados fueron el cuestionario sociodemográfico, lista de chequeo de las habilidades sociales, el cuestionario de evaluación de la comprensión de lectura y la aplicación Classcraft (aplicación para celulares adaptado para Colombia). Los resultados evidenciados en esta investigación fue que la implementación del producto transmedia “Classcraft” tuvo un profundo impacto en el desarrollo las habilidades sociales, tales como los siguientes: comunicación, cooperación y autogestión. Llegan a la conclusión que tras la aplicación de la herramienta virtual Clascraft, los estudiantes fortalecieron de forma eficaz los conocimientos, habilidades y actitudes básicas e imprescindibles para el manejo de las habilidades sociales y se logró que alcancen sus metas y demuestren empatía con las demás personas.

Por su parte, Romero (2019), en su investigación realizada, tuvo como finalidad determinar si el programa de intervención para la mejora de las habilidades sociales influye en los adolescentes con altas capacidades de las instituciones educativas de la ciudad de Valencia, España. Dicha investigación fue experimental de tipo descriptivo básico, la

muestra estuvo conformada por estudiantes de 12 y 15 años, los instrumentos empleados para esta investigación fueron la Escala de las Habilidades sociales de Gisnero, el Inventario de la Inteligencia Emocional de Baron y el Inventario de Depresión Infantil. Los resultados evidenciados fueron que, tras la aplicación del programa planteado y desarrollado en 13 sesiones, hubo mejoras e influyó de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales tales como los siguientes: manejo de las emociones, empatía, autoconcepto, autoestima, asertividad, solución de conflictos y la tolerancia a la frustración fomentando la buena conducta social en estos adolescentes.

A su vez, Cordero (2019), en su investigación de pregrado, tuvo como objetivo implementar planes de acción para el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades sociales en jóvenes y adolescentes de la Fundación Hogares Claret de Antioquía, Medellín (Colombia). Dicha investigación fue experimental de tipo descriptivo básico, asimismo la muestra estuvo conformada por 72 adolescentes de 14 y 18 años, los instrumentos y las técnicas empleadas para esta investigación fueron los talleres lúdicos reflexivos, observación participativa, eventos con enfoque de inclusión social y sesiones de proyectos de vida. Se evidenció el incremento significativo en el desarrollo de las dimensiones de las habilidades sociales tales como los siguientes: autoconocimiento (17 %), comunicación asertiva y manejo de emociones (33 %), empatía (29 %), manejo de problemas (17 %), y relaciones interpersonales (4 %), y se llegó a la conclusión que la implementación de estrategias y planes de acción influyen de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales.

A su turno, Pereira et al. (2018), en su investigación realizada, tuvieron como objetivo determinar el efecto de un programa de habilidades sociales para el desarrollo de las relaciones interpersonales en adolescentes de una ONG de la ciudad de Sao Paulo (Brasil). Dicha investigación tuvo un diseño cuasiexperimental, la muestra estuvo conformada por 26 adolescentes de 14 a 16 años, los instrumentos empleados fueron el

Inventario de Habilidades Sociales y el Diario de Campo. Los resultados evidenciados en esta investigación fueron que los adolescentes obtuvieron en el pretest al evaluar las habilidades sociales una media de 59 y en el posttest una media de 44. Así mismo, se evidenciaron en el pretest y posttest de las dimensiones de las habilidades sociales una media en empatía de 12 y 11, en autocontrol un 16 y 14, en socialización un 4 y 7, el asertividad un 9 y 7, en aproximación socio sexual un 11 y 11, en el desenvolvimiento social un 11 y 9 respectivamente, y se llegó a la conclusión que, tras la aplicación del programa “habilidades sociales” influye significativamente en el desarrollo de las dificultades interpersonales como las habilidades sociales de autocontrol (U Man Whitney = 127; $p= 0.02$) y la aproximación sociosexual (U Man Whitney=112.50; $p= 0.15$).

Mientras que Ríos y Marchena (2017), en su investigación realizada, tuvieron como objetivo determinar que el programa E-Learning desarrolla habilidades y conocimientos acerca de las habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la ciudad de Xalaca (México). Dicho estudio fue experimental de tipo descriptivo básico mediante un grupo control y otro grupo experimental, de los cuales se tuvo como muestra a 1137 estudiantes de secundaria de edades entre 12 y 15 años (varones y mujeres), el instrumento utilizado fue el Cuestionario de Habilidades Sociales SSHH, el programa E-Learning, hojas de autorregistro y una guía de habilidades sociales. Los resultados evidenciados para esta investigación fueron que tras la aplicación del programa E-Learning influye en el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes, lo que hace que establezcan buenas y sanas relaciones, teniendo una mejor autoestima, desarrollo de los hábitos cooperativos y sobre todo se incrementó en las habilidades para resolver los conflictos de manera pacífica y tranquila.

2.1.2 Nacionales

Paz (2021), en su investigación de maestría, tuvo como objetivo determinar la influencia del programa Allin Kawsay en las habilidades sociales en alumnos del quinto año de secundaria de una institución educativa de Paucartambo, Cuzco (Perú). Así mismo, dicho estudio fue cuasiexperimental de tipo básico, la muestra estuvo conformada por 48 estudiantes (5.º B y 5.º D), el instrumento utilizado fue la Escala de habilidades Sociales de Gisnero. Finalmente, se evidenciaron en cuanto a los resultados de que en el pretest el 83.3 % (grupo control) obtuvo niveles medios, y en cuanto al grupo experimental el 100 % de estudiantes obtuvo niveles bajos, y que tras la aplicación de dicho programa se evidencia que en el posttest el grupo control obtuvo en su mayoría niveles medios (95.8 %) a diferencia del grupo experimental que obtuvo en su mayoría los niveles altos (95.8 %). Se llegó a la conclusión que el programa Allin Kawsay influye de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes (U de Man $W.= 8.000$; $p= 0.000$).

Por su parte, Miranda (2020) en su investigación realizada, tuvo como propósito explicar los efectos del programa Cognitivo Conductual hacia las habilidades sociales en estudiantes de una Institución Educativa de Chimbote, Áncash (Perú), así mismo dicha investigación tuvo un diseño cuasiexperimental, la muestra estuvo conformada por 43 alumnos del tercer año de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote-Perú (25 alumnos para el grupo experimental y 18 para el grupo control). Los resultados obtenidos para esta investigación fueron que, el grupo experimental evidenció incrementos significativos en las dimensiones que corresponden a las habilidades sociales ($p<0.01$), en comparación con el otro grupo control que solo evidenció disminución en los niveles de desarrollo de las habilidades sociales (habilidades frente a la agresión y planificación) siendo estadísticamente significativo ($p<0.05$), así mismo se llegó a la conclusión que el programa Cognitivo Conductual influye y tiene efecto hacia las habilidades sociales resaltando que en

la evaluación del post test del grupo experimental y el grupo control se obtuvieron diferencias significativas ($\text{Chi Cuadrada} = p < 0.01$).

A su vez, Verde (2019), en su investigación realizada, tuvo como objetivo determinar si el programa de tutoría influye significativamente en las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa N.º 80179 de Huamachuco, La Libertad-Perú, así mismo la investigación tuvo un diseño pre experimental, teniendo una muestra de 21 estudiantes del segundo año de secundaria (10 mujeres y 11 varones), de los cuales los instrumentos empleados fueron, el cuestionario de habilidades sociales. Los resultados obtenidos en esta investigación fueron que el 51.1 % (pretest) obtuvo un nivel bajo de habilidades sociales y el 54.9 % (pretest) consiguió un nivel promedio de habilidades sociales, a diferencia del posttest que el 95.2 % consiguió un nivel alto de habilidades sociales y que solo el 8.8 % logró niveles medios, y se llegó a la conclusión que el programa de tutoría influye de manera significativa en los niveles de desarrollo de las habilidades sociales, observándose un promedio (pre y posttest) de 55.1 (136.5-81.4).

A su turno, Condor y Ruiz (2018) ,en su investigación realizada, tuvieron como objetivo general determinar la influencia del programa “Aprendiendo a ser mejores personas” para desarrollar las habilidades sociales en estudiantes de la institución educativa Felipe Huamán Poma de Ayala de Bambamarca, Cajamarca-Perú, también la investigación fue cuasiexperimental de tipo cuantitativo aplicativo, la muestra estuvo conformada por 20 alumnos del 4.º grado de secundaria. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de habilidades sociales de Goldstein y el programa “Aprendiendo a ser mejores”. Los resultados evidenciados fueron que en el pretest de la evaluación de las habilidades sociales, el 70 % de los alumnos se encontraban en un nivel bajo, un 25 % de ellos obtuvo niveles medios y solo el 5 % obtuvo un nivel alto, y que tras las aplicación del programa se evidenció que el 10 % obtuvo niveles bajos; el 60 %, niveles medios; y el 30 %, niveles altos, y se llegó a la

conclusión que el programa “Aprendiendo a ser mejores personas” influye de manera significativa en las habilidades sociales.

Mientras que Unocc (2017), en su investigación de magistratura, tuvo como objetivo verificar si influye o no el taller de clown en las habilidades sociales en estudiantes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos de Lima-Perú. Así mismo, dicha investigación fue experimental de tipo cuantitativo aplicativo, la muestra estuvo conformada por 20 estudiantes, y los instrumentos empleados fueron el test de chequeo de las habilidades sociales de Goldstein. Los resultados evidenciados en esta investigación fueron que se obtuvo una media mayor en el pretest y postest en cuanto al desarrollo de las habilidades sociales tras la aplicación del taller de clown, de los cuales fueron una media de 165.00 y una media de 199.85, respectivamente. Se llegó a la conclusión que el taller de clown influye significativamente en las habilidades sociales de los estudiantes mejorando su forma de comunicarse y expresarse de manera no verbal.

2.1.3 Locales

Quinto (2021), en su investigación de maestría, tuvo como objetivo identificar si influye el programa Aprendizaje el Línea en el desarrollo de las habilidades sociales en alumnos de la Universidad Nacional del Centro del Perú que se encuentra en la ciudad de Huancayo. Así mismo, dicha investigación fue de tipo experimental de tipo cuantitativo explicativo, la muestra estuvo conformada por 35 estudiantes de la Facultad de Trabajo Social, y el instrumento utilizado fue el Cuestionario de Habilidades Sociales de Cristina Luna. Los resultados evidenciados, en esta investigación, fueron que 68.6 % de los estudiantes obtuvo un desarrollo bueno tras la aplicación del aprendizaje en línea; mientras que un 5.7 % de los estudiantes, un desarrollo de las habilidades sociales de manera “normal”. Y se llegó a la conclusión que el programa de aprendizaje en línea fomenta el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes ($Z = -5.166$; $p = 0.000$).

Por su parte, Balvin y Díaz (2020), en su investigación de licenciatura, tuvieron como objetivo el de identificar la influencia que genera el teatro en la mejora y el fortalecimiento de las relaciones sociales de los adolescentes de Jauja, Junín-Perú. De esta manera, dicha investigación fue experimental de tipo básico descriptivo, la muestra estuvo conformada por 40 adolescentes de 13 y 17 años (varones y mujeres), las técnicas e instrumentos de recolección de la información fueron: la observación directa, entrevistas, *focus group*, cuaderno de campo, cámaras filmadoras y la guía de entrevista y observación. En cuanto a los resultados se evidenció que tras la aplicación del teatro se fortaleció y se incrementó las habilidades sociales en los adolescentes, lo que hace que mejoren la comunicación, empatía, autoestima, trabajo en equipo, liderazgo y su identidad cultural.

Asimismo, Alania y Turpo (2018), en su investigación de licenciatura, tuvieron como objetivo determinar la influencia del Módulo Educativo “Socializarte” para reforzar las habilidades sociales en estudiantes de periodismo, dicha investigación se elaboró en la Universidad Continental de Huancayo, Junín, Perú, y en cuanto a su diseño fue cuasiexperimental de tipo aplicada, la muestra estuvo conformada por 60 estudiantes que entre ellos fueron 30 varones y 30 mujeres, la técnica aplicada para esta investigación fue el Cuestionario de Habilidades Sociales Avanzadas. Los resultados evidenciados en esta investigación fueron que el grupo experimental con el grupo control obtuvieron una media en el pretest de 74.50 y 74.87 respectivamente. Y tras aplicar los módulos educativos en los estudiantes, se halló que el grupo experimental obtuvo una media de 95.3 a diferencia del grupo control que obtuvo una media de 75.87, de los cuales la investigación llega a la conclusión que la aplicación del Módulo Educativo “Socializarte” influye de forma significativa en el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de periodismo, incrementando la habilidad de convencer a los demás, disculparse, seguir instrucciones, participar en eventos y reuniones, pedir ayuda.

Además, Alpas (2017), en su investigación de maestría, tuvo como objetivo la búsqueda del desarrollo a partir de la estrategia del teatro para desarrollar las habilidades blandas y creación colectiva en estudiantes del Instituto Continental de Huancayo, Junín-Perú, así mismo este tipo de investigación fue pre-experimental, la muestra estuvo conformada por 70 estudiantes (37 varones y 33 mujeres) de la escuela de diseño gráfico, los instrumentos utilizados para la recopilación de la información fueron la ficha de observación, lista de cotejo, las rubricas y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein. Los resultados evidenciados fueron que en el pretest de habilidades sociales básicas la mayoría obtuvo niveles buenos (27 %) y teniendo un incremento tras la aplicación del teatro como estrategia con un 38 % de los estudiantes que se encuentran en el nivel bueno de habilidades sociales, y se llegó a la conclusión que influye de forma significativa el teatro en los estudiantes obteniéndose una media en el pretest de 27.81 y un 29.99 en el pos-test, teniendo una significancia de 0.000 de T Student = 4.079.

A su vez, Tenorio (2016), en su investigación de maestría, que tuvo como objetivo el establecer la influencia del programa triunfadores en las habilidades sociales en estudiantes de ingeniería y psicología de la ciudad de Huancayo, así mismo dicha investigación fue de tipo cuasiexperimental, la muestra estuvo conformada por 132 estudiantes de la Universidad Continental, el instrumento utilizado fue la Escala de habilidades sociales EHS. En cuanto a los resultados se evidenció que en la evaluación del pretest se obtuvo en el grupo experimental una media de 70.08 (habilidades sociales), que es menor al grupo control evaluado, teniendo una media de 70.14; así mismo tras la aplicación del programa triunfadores se obtuvo una media en el grupo experimental de 78.91, que representa un incremento notable a diferencia de la media del grupo control (73.56), y se llegó a la conclusión que el Programa Triunfadores influye de manera significativa en el

incremento de los niveles de desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes ($T_t=1.9975$; $T_c=3.77$).

2.2 Bases teóricas

A continuación, se mencionan las diferentes definiciones y teorías con respecto al constructo de las habilidades sociales:

Los pioneros en nombrar a las habilidades sociales y su significado fueron Combs y Slaby (1977), citados por Tortosa (2018), que las define como una habilidad para interactuar con las demás personas en un contexto sociocultural determinado que es valorado y aceptado por las demás personas y al mismo tiempo su beneficio es a nivel personal, mutuo y demás personas que sean parte de ello.

Para los autores Ladd y Mize (1983), citados por Tortosa (2018), las habilidades sociales son destrezas que tiene un individuo para organizar los conocimientos adquiridos y las conductas dentro de una característica integrada que está dirigida hacia objetivos y metas que sean de carácter social, cultural o interpersonal que a la vez sean aceptables dentro de un contexto.

Por último, los autores Gresham y Elliot (1990) manifiestan que las habilidades sociales son conductas que se aprenden con el pasar del tiempo y que son socialmente aceptables, de los cuales van a permitir al individuo relacionarse de una manera óptima y eficaz con las demás personas y así evitar la recepción de respuestas que son socialmente inaceptables.

Por otro lado, Caballo (2007) establece que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos identificables y aprehensibles que son propios del ser humano para tener o cuidar un espacio propio.

Las habilidades sociales son aquellas competencias interpersonales y talentos que nos permiten comunicarnos con las demás personas de manera adecuada, para que podamos expresar nuestras emociones, sentimientos, ideas propias, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones sin sentir estrés, ansiedad, u otras emociones negativas (Dongil y Cano, 2014).

A continuación, mencionaremos las teorías de las habilidades sociales con sus respectivos autores que toma como base teórica principal esta investigación:

2.2.1 Tipología de las habilidades sociales de Arnold Goldstein

Enfoque desde la psicología social

Genéricamente, bajo esta denominación encontramos aquellas tentativas de explicar el comportamiento humano y aspectos de la personalidad, lo que hace referencia a principios extraídos del estudio experimental del aprendizaje a nivel social. El primer esfuerzo sistemático realizado en esta dirección tuvo como protagonistas a un grupo de psicólogos de la universidad de Yale, en particular a John Dollard y Neal Miller, quienes en su obra *Personalidad y psicoterapia*, publicada en 1950, utilizaron la teoría del aprendizaje social para aclarar el desarrollo de las habilidades sociales en la conducta humana normal y patológica.

Años después, autores como Eisler, Hersen, McFall, Sprafkin, Gershaw, Klein y Arnold Goldstein contribuyeron desde los años 70 al desarrollo del campo de las habilidades sociales, de los cuales elaboraron programas de entrenamiento para reducir los déficits en habilidades sociales, de los cuales a continuación se presenta la tipología de las habilidades sociales expuesta por Arnold Goldstein y colaboradores:

Arnold Goldstein et al. (1980) mencionan que las habilidades sociales se caracterizan por tener un repertorio de múltiples conductas que son tomadas como un recurso para diversas situaciones dadas, de los cuales va permitir afrontar de formas adecuadas. También, los autores afirman que estas habilidades son de uso inminente para la vida cotidiana del ser humano, y que se debe usar o emplear para que la persona pueda desenvolverse a nivel social de manera eficaz, teniendo vínculos positivos y duraderos con las personas que interactúa.

La teoría de las habilidades sociales para los autores Goldstein et al. (1980). citados por Miranda (2020). se presenta seis dimensiones de los cuales son las siguientes:

Primeras habilidades sociales

En esta primera dimensión comprende, como bien su nombre lo dice, las primeras en desarrollarse y que facilitan la buena adaptación e interacción de la persona con sus grupos que pretenda socializar como, por ejemplo, sus familiares y su centro de formación (escuela), resaltado que es lo primero en ser aprendido y que están íntimamente relacionado con los valores, normas, tipo de convivencia que se da de manera armoniosa que aprenden de los padres, profesores, tíos o allegados y que regirán en la persona dirigiendo su comportamiento en sociedad. En estas primeras habilidades sociales se encuentran el saber escuchar, hacer un elogio, el poder presentarse con las demás personas, saber dar las gracias, formular ciertas preguntas que sean congruentes, el poder mantener una conversación fluida y también poder iniciar la conversación.

Habilidades sociales avanzadas

En esta segunda dimensión, se describe que son las primeras etapas de la vida del individuo que se ven expuestos y forzados en las comunidades y escuelas, también se mencionan que estas habilidades sociales avanzadas están estrechamente relacionadas a las competencias comunicativas que apoyan a la adaptación social de la persona. Entre las

habilidades sociales avanzadas se tiene el saber pedir ayuda, ser partícipe de diversas actividades, dar instrucciones a las demás personas, el poder disculparse cuando se requiera solucionar un problema y el de convencer a las demás personas.

Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos

En esta tercera dimensión, se menciona que son las destrezas que permiten a la persona a que maneje adecuadamente sus sentimientos y emociones y de las demás personas, entre ellas tenemos las siguientes: el poder conocer nuestros propios sentimientos, saber expresar los sentimientos, el de comprender las emociones de los demás, el poder enfrentarse al enfado o la cólera de las otras personas, saber dar afecto y auto recompensarse de las buenas acciones que uno hace.

Habilidades sociales alternativas a las agresiones

En esta cuarta dimensión, se menciona que son aquellas habilidades para que la persona pueda enfrentar a los conflictos y defender sus propios derechos utilizando el asertividad como herramienta de los cuales se podrá reflexionar de los acontecimientos sucedidos (agresiones) para que a futuro se tengan resultados saludables y positivos. En esta dimensión comprende el saber pedir permiso, compartir cosas o pertenencias, saber negociar, defender los derechos, responder de forma positiva a bromas, el saber evitar problemas y evitar los conflictos que no lleven al crecimiento personal o social.

Habilidades sociales para combatir el estrés

En esta quinta dimensión se señala que es la capacidad del individuo para menguar o reducir las reacciones frente a los estímulos que tengan que ver con el estrés y hacerles frente de una manera positiva, de los cuales su desarrollo de esta habilidad es indispensable y necesario para un adecuado auto control y regulación emocional. Entre estas habilidades sociales para combatir el estrés se encuentran el poder formular diversas quejas o inquietudes

que uno tiene, saber responder a las quejas, demostrar cortesía deportiva cuando se acabe un juego, saber manejar las situaciones de vergüenza, saber salir adelante cuando a uno le dejen de lado, el poder defender a un amigo, distinguir y poder responder ante una posible persuasión o manipulación, saber manejar el fracaso, el poder enfrentarse a los mensajes que a uno le contradicen, el poder responder a una acusación y poder sobrellevar a las presiones que demande en el grupo en que uno se encuentre.

Habilidades sociales de planificación

En esta sexta y última dimensión, se caracteriza por tener la habilidad de dirigir esa capacidad de tomar buenas decisiones, planteándose así mismo diversas metas. Entre estas habilidades se encuentran las siguientes: la toma de decisiones realistas, establecer diversos objetivos, recopilar información precisa, concentrarse en una tarea y discernir las causas de los problemas.

2.2.2 Teoría de las habilidades sociales de la OPS/OMS

Las habilidades sociales óptimamente desarrolladas son fundamentales para disfrutar una vida saludable y feliz. Los seres humanos progresivamente aprenden competencias en las interacciones sociales cotidianas. Las habilidades actúan sobre los determinantes de la salud (conjunto de condicionantes de la salud y de la enfermedad en individuos, grupos y colectividades) principalmente en los estilos de vida (consumo de alcohol y drogas, conductas violentas, relaciones sexuales precoces, entre otras). Para lo cual, consideramos que lo medular consiste en lograr que el adolescente conozca y haga suyas determinadas habilidades y destrezas que, al ser empleadas en su vida cotidiana, le permitan tener estilos de vida más saludables (Ministerio de Salud, 2005, p. 12).

Cuando se trata de habilidades decimos que una persona es capaz de ejecutar una conducta; si nos referimos a habilidades sociales, decimos que la persona es capaz de

ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entiéndase favorable como contrario de destrucción o aniquilación. El término *habilidad* puede entenderse como destreza, diplomacia, capacidad, competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término *social* nos revela una impronta de acciones de uno con los demás y de los demás para con uno (intercambio).

Las habilidades sociales se presentan como destrezas necesarias para mantener comportamientos adecuados y positivos, del cual permitirá enfrentar con éxito las exigencias y desafíos de la vida cotidiana (Ministerio de Salud, 2005). Las habilidades sociales incluyen la capacidad de participar de manera interpersonal y resistir a las influencias sociales indeseables, mientras se maximizan los beneficios y se minimiza el daño a los demás y se mantiene la integridad del individuo. La OPS y OMS mencionan tres habilidades fundamentales que son parte de las habilidades sociales, tales como los siguientes:

- i. Habilidades sociales e interpersonales (incluyendo comunicación, habilidades de rechazo, agresividad y empatía).
- ii. Habilidades cognitivas (incluyendo toma de decisiones, pensamiento crítico y auto evaluación).
- iii. Habilidades para manejar emociones (incluyendo el estrés y aumento interno de un centro de control).

De esta manera, se sustenta las cuatro dimensiones que presenta la OMS y la OPS a través del Ministerio de Salud peruano que comprende las habilidades sociales, tales como los siguientes:

i. La autoestima de las habilidades sociales

Son aquellas actitudes que la persona tiene al percibirse, por lo cual surge a partir de una serie de experiencias, acciones y comportamientos dados y experimentados en toda su

existencia, de modo que los sentimientos siempre son reales al momento de ser expresados hacia los demás (Ministerio de Salud, 2005). La autoestima es la base que toda persona posee como parte de su personalidad y es el resultado de las destrezas, habilidades, hábitos que se consiguen a lo largo de la vida, dentro de ello se evidencian las experiencias agradables como las desagradables y de acuerdo a ello uno va armando su propio perfil personal; lo ideal es que la persona debe sentirse valioso o valiosa por cual es y no dejarse influenciar por el qué dirán los demás.

La autoestima está caracterizada por cuatro aspectos definidos:

- **La vinculación:** se va a dar cuando la persona logra grandes resultados lo que hace conexiones que son importantes para él y para los demás, para ello debe de tener la seguridad de sus propias decisiones y actitudes.
- **La singularidad:** es el resultado de la comprensión y el respeto que la persona siente por las características o peculiaridades que lo hacen único y diferente, ello es sustentado en el respeto y reconocimiento de esas cualidades propias.
- **El poder:** debido a los recursos disponibles, los individuos tienen la capacidad y la habilidad de cambiar las situaciones de la vida sustancialmente.
- **Los modelos o pautas:** se va originar cuando al individuo se le proporciona diversos puntos de referencia o ejemplos para que pueda fijar, ordenar sus propias metas o retos.

ii. **La comunicación de las habilidades sociales**

La comunicación es el proceso de enviar e intercambiar mensajes entre el emisor y el receptor, así mismo es el medio por el cual se establece una relación con otra que le permite a esa persona comunicar cierta información, además la comunicación es un proceso muy fundamental en la vida social, porque otorga a los individuos a que puedan expresarse y

compartir información y de esa manera uno va relacionándose, organizándose mejor dentro de la sociedad (Ministerio de Salud, 2005). De tal manera que se maneja diversos estilos de comunicación de las cuales son las siguientes:

- ***Estilo de comunicación agresiva:*** esta comunicación se maneja cuando el emisor o receptor no respeta la idea del otro, oponiéndose rotundamente a acatar la opinión del mismo, así que mantiene una postura agresiva con el fin de hacer respetar su pensamiento, por ello que se genera una desigualdad para llegar a una conclusión.
- ***Estilo de comunicación pasiva:*** este estilo se da cuando las personas dejan que los demás digan lo que debemos hacer y aceptan sus consejos sin expresar sus pensamientos o sentimientos al respecto, se comunican pasivamente. Frecuentemente, se tiene una idea errónea al creer que este estilo de comunicación se utiliza para evitar conflictos, ya que el humano al aceptar o hacer lo que le mandan, hace sentir inferior, porque no tiene en consideración la opinión de uno.
- ***Estilo de comunicación asertiva:*** cuando las personas expresan sus necesidades, sentimientos y pensamientos, lo hacen de manera adecuada y segura, tratando de evitar atacar a los demás o dejar que se aprovechen de nosotros.

iii. La Asertividad de las habilidades sociales

El Ministerio de Salud (2005) refiere que es una autoafirmación que se tiene de la propia personalidad, por ende, la confianza y la autoestima es importante para que exista una buena justicia y verdad dentro de una creencia del propio individuo. Por otro lado, es la capacidad de reclamar los derechos de uno mismo y la de los demás, para no ser manipulados. Las personas seguras de sí mismas expresan sus opiniones y sentimientos,

toman sus propias decisiones y aceptan la responsabilidad y las consecuencias de sus acciones.

Características esenciales de las personas asertivas:

- a) El individuo se expresa libremente
- b) La persona mantiene una buena comunicación con los demás.
- c) Se evidencia en el individuo que existe una buena dirección positiva en su proyecto de vida.
- d) Dicha persona se comporta equitativamente sin juzgar las ideas de los demás.
- e) Sabe aceptar y rechazar a las personas con educación.
- f) El individuo demuestra de manera adecuada sus sentimientos y emociones.

iv. La toma de decisiones de las habilidades sociales

Se desarrolla en cada instante de nuestras vidas, por las diferentes circunstancias en la que podamos encontrarnos, por ello, es un proceso que no se evidencia demasiado o es lento o difícil, el cual tiene consecuencias posteriores; así mismo las decisiones que se pueden tomar en ocasiones no se llega a analizar de manera adecuada y estas podrían ser perjudiciales para uno mismo (Ministerio de Salud, 2005). Lo recomendable es que, para tomar una decisión, lo primero que se debe de realizar es mantener la calma y pensar las ventajas y desventajas que nos podrían traer aquello que queremos.

La toma de decisiones comienza cuando se ve un problema, el cual necesita una decisión, de tal manera que se debe de recordar que las decisiones suelen tener un impacto entre corto, mediano y largo plazo en nuestras vidas.

2.2.3 Habilidades sociales en la adolescencia

Los autores Machaca y Mamani (2018) mencionan que el desarrollo de las habilidades sociales en la etapa de la adolescencia es considerado como factor de protección

o riesgo, el cual depende del repertorio de destrezas y el manejo de los problemas para fomentar interacciones saludables con el medio psicosocial. Es decir, el desarrollar habilidades sociales está visto como factor de riesgo, que está relacionada a comportamientos desajustados, como conductas adictivas, manifestaciones depresivas, suicidios o deserción en los estudios.

El que los adolescentes desarrollen las habilidades sociales es muy importante para su desenvolvimiento en esta sociedad moderna. Es por eso que muchos países apuestan por una currícula que incluya el adiestramiento en habilidades sociales desde muy pequeños, esperando así que, ya adolescentes, estos chicos obtengan un mayor éxito en su vida diaria y así logren superar con mayor facilidad obstáculos que se puedan presentar (Parra, 2018, p. 31).

Es así que, en la familia el individuo en primer lugar debe desarrollar habilidades y destrezas, luego mejorarlas e incrementar para un correcto desenvolvimiento en esta sociedad moderna que cada vez va actualizándose. Para Ima (2019) es necesario desarrollar las habilidades, capacidades y destrezas para que los estudiantes logren desempeñarse perfectamente con sus compañeros y amigos de su entorno social.

2.2.4 Desarrollo de las habilidades sociales

Castillo (2017) sustenta que el desarrollo de habilidades sociales hace referencia al grado en que los adolescentes han adquirido un conjunto de habilidades comportamentales que posibilita su adaptación a las exigencias del medio social. Estas habilidades van desde la interacción con pares y adultos hasta los procesos de autonomía, expresión y resolución de problemas.

Por lo tanto, el desarrollo de las habilidades sociales facilita a las personas su interacción o relacionamiento con los demás de manera positiva y grata en el medio social

en la que se encuentran. En concordancia a lo mencionado para Bustinza (2017) infiere que las habilidades sociales son “las capacidades requeridas por el individuo para ejercer las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactoria” (p. 22).

Sin embargo, Parra (2018) expresa que la carencia de un buen manejo de habilidades sociales genera menores posibilidades de entendimiento y comunicación con los demás sindicando muchas veces a aquella persona como problema dentro de un grupo, agresor y conflictivo para luego ser víctima de rechazo impidiendo así su normal desenvolvimiento en la Sociedad.

Finalmente, del mismo modo, Isaza y Henao (2011) fundamentan que los padres mediante la estructura y dinámica que crean en el ambiente familiar a partir de sus acciones, verbalizaciones y relaciones, propician experiencias y repertorios a sus hijos que se convierten en recursos y herramientas para el desempeño social en los distintos contextos inmediatos y posteriores. Por lo tanto, las habilidades sociales se aprenden y se desarrollan a lo largo de la vida, donde uno va aprendiendo a comportarse de determinadas maneras, generalmente los hijos aprenden con el ejemplo, que a medida que crecen y expanden su mundo, comienzan a reconocer e interactuar con una variedad de figuras significativas, lo cual es fundamental para el desarrollo de sus habilidades sociales.

2.2.5 La adolescencia

La adolescencia es el periodo de desarrollo del ser humano que abarca por lo general entre los 11 a 20 años, en el cual él sujeto alcanza la madurez biológica, sexual, emocional y social; a su vez la persona asume responsabilidades en la sociedad y conductas propias del grupo que le rodea, por lo anterior, cuando se habla del concepto, se refiere a un proceso de adaptación más complejo que el simple nivel biológico, e incluye niveles de tipo cognitivo, conductual, social y cultural (Papalia, 2012).

De esta manera, tras el desarrollo de la infancia, los cambios en la adolescencia surgen como una tormenta repentina. La totalidad de la forma corporal cambia de tal modo que parece ya un adulto, aunque sus emociones y sus capacidades intelectuales no se encuentran al mismo nivel de madurez. Se ve diferente. Su vida se ve afectada por un nuevo ritmo que perdurará en las siguientes décadas. Los adolescentes son poco a poco absorbidos por las preocupaciones adultas. En esta etapa de rápido crecimiento se desarrollan funciones reproductivas, los órganos sexuales y aparecen los caracteres sexuales secundarios como el desarrollo de los senos, vello corporal y facial, cambios en la voz, que no están directamente relacionados con la reproducción (Papalia, 2012).

Etapas de la adolescencia expuestas por Papalia (2012)

a) Adolescencia temprana (10-14 años)

Los procesos psíquicos de la adolescencia comienzan con la pubertad y los importantes cambios corporales que trae consigo. El desarrollo psicológico de esta etapa se caracteriza por la existencia de egocentrismo, el cual constituye una característica normal de niños y adolescentes, que disminuye progresivamente, dando paso a un punto de vista sociocéntrico (de la adultez) a medida que la persona madura.

Por otro lado, el púber trata de crear sus propios criterios, socialmente quiere dejar de relacionarse y de ser relacionado con los niños, pero aún no es aceptado por los adolescentes, desarrollando en él una desadaptación social, incluso dentro de la familia, lo cual constituye un factor importante, ya que puede causar alteraciones emocionales como depresión y ansiedad, que influyen en la conducta, que contribuyen al aislamiento. Estos cambios se denominan “crisis de entrada en la adolescencia”; agregado a lo anterior se presentan cambios en su medio: escuela, maestros, compañeros, sistema educativo, responsabilidades. La familia (la presencia del padre, madre o tutor) se convierte en un factor

importante en como el adolescente vive esta etapa ya que el apoyo y la autoridad le ayudarán a estructurar su personalidad y a superar la ansiedad que le provoca enfrentarse al cambio.

b) Adolescencia media (14 a17 años)

Inicia entre los 14 y 15 años. En este periodo se consigue un cierto grado de adaptación y aceptación de sí mismo, se tiene un parcial conocimiento y percepción en cuanto a su potencial, la integración de su grupo le da cierta seguridad y satisfacciones al establecer amistades, empieza a adaptarse a otros adolescentes, integra grupos, lo que resuelve parcialmente el posible rechazo de los padres, por lo que deja de lado la admiración al rol paterno. Los cambios físicos que comenzaron en la pubertad continúan durante la adolescencia media. La mayoría de los varones comienzan su “crecimiento repentino” y continúan los cambios relacionados con la pubertad.

De esta manera, en esta etapa de la adolescencia es posible, por ejemplo, que se les quiebre la voz a medida que se les va agravando. A algunos le sale el acné. Es probable que los cambios físicos estén casi completos en las mujeres y la mayoría de las niñas ya tenga menstruaciones regulares.

A esa edad, a muchos adolescentes les surge el interés en relaciones románticas y sexuales. Probablemente se cuestionen su identidad sexual y exploren, lo que podría resultar estresante si no tienen el apoyo de sus pares, de la familia o de la comunidad. Otra forma típica de explorar el sexo y la sexualidad de los adolescentes de todos géneros es la autoestimulación el máximo punto en esta etapa.

Muchos jóvenes en la adolescencia media discuten más con sus padres porque luchan por tener más independencia. Es muy probable que pasen menos tiempo con la familia y más tiempo con los amigos. Les preocupa mucho su aspecto y la presión de los pares (compañeros) puede alcanzar el máximo punto en esta etapa.

c) Adolescencia tardía: (18 a 21años)

Los jóvenes, en la adolescencia tardía por lo general, ya completaron el desarrollo físico y alcanzaron la altura definitiva que tendrán como adultos. Para esta edad suelen tener más control de sus impulsos y pueden sopesar los riesgos y recompensas mejor y con más precisión. Se centran más en el futuro y basan sus decisiones en sus ilusiones e ideales. Las amistades y las relaciones románticas se tornan más estables. Se separan más de su familia, tanto física como emocionalmente. No obstante, muchos restablecen en una relación “adulta” con sus padres, considerándolos personas de su mismo nivel a quienes pedir consejos y con quienes hablar de temas serios, en vez de una figura de autoridad.

En esta etapa se disminuye la velocidad de crecimiento y empieza a recuperar la armonía en la proporción de los diferentes segmentos corporales; estos cambios van dando seguridad y ayudan a superar su crisis de identidad, se empieza a tener más control de las emociones, tiene más independencia y autonomía. Existe también un cierto grado de ansiedad, al empezar a percibir las presiones de las responsabilidades, presentes y/o futuras, por iniciativa propia o por el sistema social familiar, para contribuir a la economía, aun cuando no alcanzan la plena madurez, ni tienen los elementos de experiencia para desempeñarlas.

Cambios durante la adolescencia expuestas por Papalia (2012)

a) Desarrollo físico

El cambio físico distintivo en la adolescencia es la pubertad, un periodo de maduración esquelética y sexual rápida que ocurre sobre todo al inicio de la adolescencia. En general, sabemos cuándo un individuo está pasando por la pubertad, pero es difícil señalar su comienzo y fin. Con excepción de la menarquia (el primer ciclo menstrual de la mujer), la cual ocurre en promedio alrededor de los 12 años y medio de edad, ningún marcador la

define. Para los niños, el primer vello en el bigote o el primer sueño húmedo podrían marcar su aparición, pero ambos pueden pasar desapercibidos.

Además, una aceleración en la estatura y el peso caracterizan el cambio en la pubertad. Esta aceleración de crecimiento ocurre alrededor de dos años antes para las niñas que para los niños. En la actualidad, en Estados Unidos, el promedio del inicio del aceleramiento del crecimiento es a los nueve años de edad para las niñas y los 11 para los niños. El apogeo del cambio de la pubertad ocurre a una edad promedio de 11 y medio años para las niñas y los 13 y medio años para los niños.

Estos cambios físicos suelen traer consigo preocupaciones sobre su “imagen” y su aspecto físico que muestran dedicando horas a mirarse en el espejo o quejándose por ser “demasiado alto o bajo, flaco o gordo”, o en su batalla continua contra granos y espinillas (acné). Conviene tener en cuenta que el cuerpo no se desarrolla todo al mismo tiempo ni con la misma rapidez por lo que la coordinación de movimientos puede sufrir alteraciones provocando temporadas de torpeza.

b) Desarrollo psicológico

Los cambios físicos en el adolescente siempre serán acompañados por cambios psicológicos, tanto a nivel cognitivo como a nivel comportamental, la aparición del pensamiento abstracto influye directamente en la forma en como el adolescente se ve a sí mismo, se vuelve introspectivo, analítico, autocrítico; adquiere la capacidad de construir sistemas y teorías, además de estar interesado por los problemas inactuales, es decir, que no tienen relación con las realidades vívidas día a día. La inteligencia formal da paso a la libre actividad de la reflexión espontánea en el adolescente, y es así como éste toma una postura egocéntrica intelectualmente.

Dicho autor define estos cambios psicológicos, de forma gradual, donde, se alcanza la independencia respecto a la familia, y hay una mejor adaptación a la madurez sexual, además de establecerse relaciones viables y de cooperación con sus pares. Su vida toma rumbo y se adquiere el sentido de identidad, de tal forma que al final, logra adquirir las características psicológicas sobresalientes de un adulto: la independencia y la autonomía.

c) Desarrollo emocional

Durante el proceso del desarrollo psicológico y búsqueda de identidad, el adolescente experimentará dificultades emocionales. Conforme el desarrollo cognitivo avanza, los adolescentes se vuelven capaces de ver las incoherencias y los conflictos entre los roles que ellos realizan y los demás, incluyendo a los padres. La solución de estos conflictos ayuda al adolescente a elaborar su nueva identidad con la que permanecerá el resto de su vida. El desarrollo emocional, además, está influido por diversos factores que incluyen expectativas sociales, la imagen personal y el afrontamiento al estrés.

d) Desarrollo social

En la adquisición de actitudes, normas y comportamientos, la sociedad es de gran influencia, este proceso se denomina socialización, el cual pasa por una etapa conflictiva durante la adolescencia. El desarrollo social y las relaciones de los adolescentes abarcan al menos seis necesidades importantes, tales como los siguientes:

- i. Necesidad de formar relaciones afectivas significativas, satisfactorias.
- ii. Necesidad de ampliar las amistades de la niñez conociendo a personas de diferente condición social, experiencias e ideas.
- iii. Necesidad de encontrar aceptación, reconocimiento y estatus social en los grupos.

- iv. Necesidad de pasar del interés homosocial y de los compañeros de juegos de la niñez mediana a los intereses y las amistades heterosociales.
- v. Necesidad de aprender, adoptar y practicar patrones y habilidades en las citas, de forma que contribuyan al desarrollo personal y social, a la selección inteligente de pareja y un matrimonio con éxito.
- vi. Necesidad de encontrar un rol sexual masculino o femenino y aprender la conducta apropiada al sexo.

2.3 Definición de Términos Básicos

Habilidades sociales

Están constituidas por aquel repertorio de múltiples conductas que son tomadas como un recurso para diversas situaciones dadas, de los cuales va permitir afrontar de formas adecuadas. También, los autores afirman que estas habilidades son de uso inminente para la vida cotidiana del ser humano, y que se debe usar o emplear para que la persona pueda desenvolverse a nivel social de manera eficaz, teniendo vínculos positivos y duraderos con las personas que interactúa (Goldstein et al. 1980).

Según la OMS, determina que las habilidades sociales son aquellas destrezas de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria, así mismo, estas habilidades, se adquieren en el trayecto de la vida a través de la experiencia directa, por medio de un entrenamiento intencional, mediante el modelado o la imitación (UNICEF, 2017)

Primeras habilidades sociales

Son aquellas habilidades en desarrollarse, por lo que facilitan una buena adaptación e interacción con las demás personas y grupos que se pretenda socializar, así como los siguientes: el saber escuchar, hacer un elogio, el poder presentarse con las demás personas,

saber dar las gracias, formular ciertas preguntas que sean congruentes, el poder mantener una conversación fluida y también poder iniciar la conversación (Goldstein et al. 1989, p. 74).

Las habilidades sociales básicas, llamadas también primeras habilidades sociales, se refieren a las destrezas que permiten un desenvolvimiento social elemental o básico; aluden a los mínimos de cortesía convenidos en una sociedad. Incluyen aspectos básicos de comunicación, de establecimiento de los primeros vínculos interpersonales, identificación y expresión de los propios intereses, así como de formas de mostrar agradecimiento por favores recibidos, así mismo estas habilidades implican escuchar y comprender la plática de otras personas, tomar la iniciativa para entablar una conversación, identificar los intereses de otros y empatarlos con los propios intereses, solicitar información específica para realizar alguna acción o tarea, agradecer los favores recibidos, tomar la iniciativa para conocer nuevas personas, promover el establecimiento de vínculos entre personas, expresar los propios gustos y preferencias (Aguirre, 2004).

Habilidades sociales avanzadas

Son aquellas habilidades que apoyan a la adaptación social de la persona. Entre ellas están las siguientes: el saber pedir ayuda, ser partícipe de diversas actividades, dar instrucciones a las demás personas, el poder disculparse cuando se requiera solucionar un problema y el de convencer a las demás personas (Goldstein et al. 1989, p. 74).

Las habilidades sociales avanzadas son las destrezas de desenvolvimiento social que implican una interacción más elaborada y la combinación de normas de comportamiento social. Refieren la capacidad para pedir ayuda, para integrarse a un grupo, para disculparse y para persuadir, para seguir instrucciones y para brindar explicaciones sobre tareas específicas, estas habilidades incluyen pedir ayuda, integrarse a un grupo, explicar una tarea

específica, entender y seguir instrucciones, pedir disculpas por los errores cometidos y persuadir (Aguirre, 2004).

Habilidades relacionadas a los sentimientos

Son las destrezas que permiten a la persona maneje adecuadamente sus sentimientos y emociones y de las demás personas, entre ellas tenemos las siguientes: el poder conocer nuestros propios sentimientos, saber expresar los sentimientos, el de comprender las emociones de los demás, el poder enfrentarse al enfado o la cólera de las otras personas, saber dar afecto y autorecompensarse de las buenas acciones que uno hace (Goldstein et al. 1989, p. 74).

Las habilidades relacionadas con los sentimientos son las destrezas relativas a un manejo adecuado de las propias emociones y a su expresión socialmente aceptada, de acuerdo a las normas de comportamiento de una determinada sociedad o grupo social. Aglutinan las capacidades para comprender, reconocer y expresar las propias emociones y las de los demás, preocuparse por otros, y recompensarse por una buena acción, el manejo de estas habilidades hace posible que la persona: comprenda y reconozca sus emociones, exprese sus emociones, comprenda las emociones de los demás, comprenda el enfado de otras personas, muestre interés o preocupación por otros, reconozca y maneje sus propios miedos y se recompense por realizar una buena acción (Aguirre, 2004).

Habilidades sociales alternativas a las agresiones

Habilidad para enfrentar los conflictos y defender sus propios derechos utilizando la asertividad como herramienta de los cuales se podrá reflexionar de los acontecimientos sucedidos (agresiones) para que a futuro se tengan resultados saludables y positivos (Goldstein et al. 1989, p. 74).

Las habilidades sociales alternativas son las destrezas de interacción social que implican la búsqueda de vías diversas de abordaje para lograr el efecto deseado. Hacen referencia a la capacidad para compartir, ayudar, conciliar, defender los propios derechos, autocontrolarse, resolver conflictos y solicitar autorizaciones, que comprenden lo siguiente: capacidad para solicitar permiso a la persona indicada, disposición a compartir, disposición a ayudar, capacidad para conciliar, capacidad de autocontrol, capacidad para defender los propios derechos, capacidad para controlarse cuando otros hacen bromas, capacidad para mantenerse al margen de situaciones problemáticas, capacidad para resolver conflictos sin pelear (Aguirre, 2004).

Habilidades sociales para combatir el estrés

Capacidad del individuo para menguar o reducir las reacciones frente a los estímulos que tengan que ver con el estrés y hacerles frente de una manera positiva, de los cuales su desarrollo de esta habilidad es indispensable y necesario para un adecuado auto control y regulación emocional (Goldstein et al. 1989, p. 74).

Las habilidades para hacer frente al estrés hacen referencia al modo como una persona puede enfrentar con ecuanimidad y mesura momentos de tensión, de contrariedad o de discrepancia, como son sentirse rechazado o apenado, enfrentar los propios errores o la injusticia, recibir críticas y reconocer el mérito de otros, estas capacidades implican: expresar su desacuerdo, escuchar las críticas de otros y responderlas con imparcialidad, halagar, manejar la vergüenza y la timidez, manejar el rechazo o el ser excluido, expresar los propios sentimientos ante una injusticia, analizar la propia posición y la de otro al tomar una decisión, comprender los propios fracasos, resolver confusiones generadas por un actuar incongruente, comprender y manejar el ser acusado, planificar una conversación problemática y decidir qué hacer en una situación adversa (Aguirre, 2004).

Habilidades sociales de planificación

Habilidad de dirigir esa capacidad de tomar buenas decisiones, planteándose así mismo diversas metas. Entre estas habilidades se encuentran las siguientes: la toma de decisiones realistas, establecer diversos objetivos, recopilar información precisa, concentrarse en una tarea y discernir las causas de los problemas (Goldstein et al. 1989, p. 74).

Las habilidades de planificación implican la previsión para evitar problemas y dificultades, para optimizar el tiempo, para la resolución de problemas y para la toma de decisiones, estas habilidades hacen referencia a lo siguiente: manejo del aburrimiento, identificación de las causas de un problema, toma de decisiones realistas antes de iniciar una tarea, determinación de la propia competencia para realizar una tarea, identificación y búsqueda de información necesaria para una tarea, priorización de problemas, análisis de opciones o posibilidades para elegir la mejor y concentración en una tarea o actividad (Aguirre, 2004).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis

3.1.1 Hipótesis general

El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

3.1.2 Hipótesis específicas

- El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión s habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión s habilidades sociales alternativas para hacer frente al estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

- El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

3.2. Operacionalización de la variable variables

Variable independiente

Variable del estudio

Programa Kutirimpuy para desarrollar las habilidades sociales

Definición conceptual

El programa Kutirimpuy está diseñado mediante 6 sesiones y estrategias para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes del CAR de la ciudad de Huancayo, así como también en las dimensiones de primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas a los sentimientos, habilidades sociales alternativas a la agresión y habilidades sociales para hacer frente al estrés.

Definición operacional

El programa Kutirimpuy se da a través de una serie de actividades prácticas (sesiones) que facilitan el desarrollo de las habilidades sociales, de los cuales será evaluado a través del cuestionario de habilidades sociales de Goldstein.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Escucha	- Escuchar a los demás e interpretar de forma verbal el objetivo de la información.	Sesión 1	Nominal
Reglas de comunicación	- Realiza mensajes claros y precisos (mandatos, saludos para entablar conversación, lograr la asertividad, etc.) que le permitan un mejor entendimiento con las demás personas	Sesión 2	Nominal
Conociendo tu sentir	- Reconocer interpretando las propias emociones (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, etc.) de los cuales le permitirá el manejo y el control de ellos, para tener una buena comunicación con los demás.	Sesión 3	Nominal
Mi autocontrol	- Escuchar comentarios positivos a través de sus compañeros y en diferentes entornos aceptado la opinión de los demás.	Sesión 4	Nominal
Enfrentando	- Logra cambiar de conducta y emoción (expresión de tristeza y enfado) a través del lenguaje asertivo.	Sesión 5	Nominal
Tomó la iniciativa	- Toma la decisión de ser el primero en saludar y sugerir de cómo se va desarrollar la dinámica.	Sesión 6	Nominal

Variable dependiente

Segunda variable del estudio

Habilidades sociales

Definición conceptual

Es aquel conjunto de conductas o acciones que son utilizadas como recursos ante múltiples acontecimientos que van surgiendo del momento, de los cuales permite relacionarse con las demás personas de manera adecuada, siendo capaces de expresar sentimientos, opiniones, deseos y necesidades, y se logró una buena convivencia y desarrollo a nivel social (Goldstein 1980).

Definición operacional

La variable habilidades sociales es el resultado de la aplicación del cuestionario de Habilidades sociales de Goldstein, que consta de 50 preguntas que miden las dimensiones de primeras habilidades sociales, H. S. avanzadas, H. S. relacionadas a los sentimientos, H.S. alternativas a la agresión y H. S. para hacer frente al estrés.

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Primeras habilidades sociales	Sabe escuchar, inicia y mantiene una conversación, formula preguntas, da las gracias, se presenta y da elogios.	<ol style="list-style-type: none">1. Escuchar: ¿presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?2. Iniciar una conversación: ¿inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?3. Mantener una conversación: ¿habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?4. Formular una pregunta: ¿determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?5. Dar las gracias: ¿permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?6. Presentarse: ¿se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?7. Presentar a otras personas: ¿ayuda a presentar a nuevas personas con otras?8. Hacer un cumplido: ¿dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?9. Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?	Ordinal

Habilidades sociales avanzadas	Pide ayuda, participa, da instrucciones, sigue instrucciones, sabe disculparse, convence a los demás.	<p>10. Participar: ¿elige la menor manera de acercarse a un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?</p> <p>11. Dar instrucciones: ¿explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?</p> <p>12. Seguir instrucciones: ¿presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?</p> <p>13. Disculparse: ¿pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?</p> <p>14. Convencer a los demás: ¿intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?</p>	Ordinal
Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Conoce y expresa sus sentimientos, comprende los sentimientos de los demás, se enfrenta al enfado de las demás personas, expresa afecto, resuelve sus miedos, se auto recompensa.	<p>15. Conocer los propios sentimientos: ¿intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?</p> <p>16. Expresar los sentimientos: ¿permite que los demás conozcan lo que siente?</p> <p>17. Comprende los sentimientos de los demás: ¿intenta comprender lo que los demás sienten?</p> <p>18. Enfrentarse con el enfado del otro: ¿intenta comprender en el enfado de la otra persona?</p> <p>19. Expresar afecto: ¿permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?</p> <p>20. Resolver el miedo: ¿cuándo siente miedo, piensa por qué lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?</p> <p>21. Autorrecompensarse: ¿se da a sí mismo una recompensa después de que hace algo bien?</p>	Ordinal
Habilidades sociales alternativas a la agresión	Pide permiso, comparte sus cosas, ayuda a los demás, sabe negociar, defiende sus derechos y de las otras personas, responde a las bromas, evita problemas con los demás.	<p>22. Pedir permiso: ¿reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?</p> <p>23. Compartir algo: ¿ofrece compartir sus cosas con los demás?</p> <p>24. Ayudar a los demás: ¿ayuda a quien lo necesita?</p>	Ordinal

Habilidades sociales para hacer frente al estrés

Formula y responde quejas, sabe manejar momentos de vergüenza, defiende a un amigo, maneja la persuasión y el fracaso.

25. Negociar: ¿si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?
26. Emplear autocontrol: ¿controla su carácter de tal forma que no se le “escapan las cosas de las manos”?
27. Defender los propios derechos: ¿defiende los derechos dando a conocer cuál es su postura?
28. Responder a las bromas: ¿conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?
29. Evitar problemas con los demás: ¿se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?
30. No entrar en peleas: ¿encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?
31. Formular una queja: ¿le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?
32. Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responde imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?
33. Demostrar deportividad después de un juego: ¿expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?
34. Resolver la vergüenza: ¿hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?
35. Arreglársela cuando le dejan de lado: ¿determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?
36. Defiende a su amigo: ¿manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?
37. Responder a una persuasión: ¿si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir qué hacer?
38. Responder al fracaso: ¿intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?

Ordinal

Habilidades sociales de planificación

Toma decisiones realistas, ve los problemas de diferente enfoque, establece objetivos, se concentra en una tarea, resuelve los problemas según su importancia y toma decisiones de forma eficaz.

39. Enfrentarse a los mensajes contradictorios: ¿reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?
40. Responder una acusación: ¿comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo la acusación?
41. Prepararse para una conversación difícil: ¿planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?
42. Hacer frente a las presiones de grupo: ¿decide qué cosas quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?
43. Tomar iniciativas: ¿si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante de hacer?
44. Determinar la causa de un problema: ¿si surge un problema, intenta determinar qué lo causó?
45. Establecer un objetivo: ¿determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?
46. Determinar sus habilidades: ¿determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?
47. Reunir información: ¿determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?
48. Resolver los problemas según su importancia: ¿determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?
49. Tomar una decisión: ¿considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?
50. Concentrarse en una tarea: ¿es capaz de ignorar distracciones y sólo presta atención a lo que quiere hacer?

Ordinal

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1 Método y Alcance de la Investigación

4.1.1 Enfoque de la investigación

La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo, ya que tiene procedimientos numéricos y métodos estadísticos matemáticos para poder estimar las ocurrencias o magnitudes de los sucesos o fenómenos que ocurren y también para probar diversas hipótesis formuladas (Hernández y Mendoza, 2019).

4.1.2 Tipo de investigación

La investigación fue de tipo aplicada, ya que “busca conocer para hacer, para actuar, para contribuir y para modificar; le preocupa la aplicación inmediata sobre una realidad circunstancial antes que el desarrollo de un conocimiento de valor universal” (Sánchez y Reyes, 2009, p. 37).

4.1.3 Nivel de investigación

La investigación se encuentra en el nivel tecnológico, ya que el programa Kutirimpuy desarrolló las habilidades sociales en los adolescentes, y que si bien es cierto como lo mencionan los autores Sánchez y Reyes (2009, p. 42) que cuando se tienen determinados conocimientos, características de un fenómeno y se posee ciertos conocimientos sobre sus causas, el investigador puede intervenir con objetivo de provocar cambios en el fenómeno.

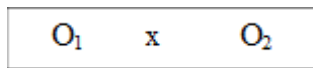
4.1.4 Diseño de la investigación

El diseño de la investigación fue cuasiexperimental, ya que no se asignó al azar a los participantes (adolescentes) que van a formar parte del grupo experimental, así mismo se

tuvo una evaluación de entrada y de salida después de la aplicación del programa Kutirimpuy (Carrasco, 2019, p. 70)

Se manipuló deliberadamente la variable dependiente (habilidades sociales) a través del programa Kutirimpuy (variable no psicológica independiente), y que posterior a ello se evaluó los resultados sobre el incremento en el desarrollo de las habilidades sociales.

Diseño con pretest-postest con un solo grupo (Yarleque et al. 2007) cuyo diseño es el siguiente:



Donde:

X = variable independiente (programa Kutirimpuy)

O_1 = medición de la variable dependiente (pretest)

O_2 = medición de la variable dependiente (postest)

4.2 Población y Muestra

4.2.1 Población

La población es un conjunto definido que contiene múltiples subconjuntos que están conformados por elementos que tienen y que presentan características similares o que concuerdan con determinadas cualidades o especificaciones (Hernández et al., 2010). La presente investigación tuvo como población a 30 mujeres adolescentes de 13 a 18 años de un CAR que pertenece a la Sociedad de Beneficencia que está ubicado en la ciudad incontrastable de Huancayo, del departamento de Junín.

4.2.1 Muestra

La muestra fue de tipo censal, ya que se tomó en cuenta todas las personas que conforman la población en su totalidad (100 %) (Ramírez y Zwerg, 2012). Por lo tanto, no existirá muestra en la medida que se tome toda la población (30 adolescentes mujeres).

4.3 Instrumentos de Recolección de Datos

4.3.1 Técnicas

Las técnicas son como guías y procedimientos, por lo que se va a recabar o recopilar los datos requeridos (evaluación de la variable) que se encuentra en la realidad tal y como está en su ambiente natural que estará condicionado en función de los objetivos planteados de la investigación, así mismo estas técnicas varían y posterior a ello se seleccionan mediante el método que se va realizar en dicha investigación. Las técnicas pueden ser indirectas o directas (Sánchez y Reyes, 2015).

La técnica a aplicar será el cuestionario, ya que el instrumento más utilizado para la recopilación de la información, que consiste en mostrar un conjunto de preguntas con respecto a la medición de una variable (habilidades sociales) (Hernández et al., 2014).

4.3.2 Instrumentos

Según Sánchez y Reyes (2015) ,“los instrumentos son las herramientas específicas que se emplean en el proceso de recogida de datos, se seleccionan a partir de la técnica previamente elegida” (p. 153). El instrumento que se aplicó fue el cuestionario, ya que, según Hernández y Mendoza (2019), el cuestionario es el instrumento más empleado para la recolección o recopilación de la información, de los cuales consiste en mostrar un conjunto de preguntas organizadas para evaluar o medir una o más variables.

En ese sentido el instrumento que se utilizó para medir de manera objetiva la variable habilidades sociales es lo siguiente:

Test de habilidades Sociales de Arnold Goldstein (1980)

Este instrumento fue creado y diseñado por Arnold Goldstein y colaboradores, todos ellos son especialistas en ciencias de la conducta humana de los cuales consideraron 50 ítems (preguntas) que comprendía la descripción de las seis dimensiones de las habilidades sociales, tales como los siguientes: las habilidades sociales básicas, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales alternativas a la agresión, habilidades sociales relacionadas a los sentimientos, habilidades de planificación y habilidades para hacer frente al estrés.

Ficha técnica

- Nombre original : Lista de chequeo de las habilidades sociales
- País de procedencia : EE. UU., New York
- Autores : Goldstein et al. (1980)
- Año de creación : 1980
- Traducida al español : Rosa Vásquez en 1983
- Adaptación peruana : Ambrosio Tomás en 1995
- Administración : El instrumento se puede aplicar de forma colectiva o individual.
- Tiempo : Aproximadamente es resuelto entre los 15 a 20 minutos.
- Edades : Desde los 12 años en adelante
- Finalidad u objetivo : Evaluar las habilidades sociales

Validez

El Test de Habilidades Sociales de Goldstein (1980) fue adaptado al Perú por Tomas Ambrosio (1995), de los cuales en la actual estandarización psicométrica en el 2003 se obtuvo una validez en una muestra de 8900 estudiantes de diferentes departamentos del Perú (24 regiones), y que a través del proceso estadístico para determinar si el instrumento mide lo que pretende medir, se obtuvo un índice de Esfericidad Correlativa de Determinante= $7.713E-05$, seguidos de $KMO= 0.964$ y una $Chi^2= 57355.419$ con una significancia de $p=0.000$, de los cuales se concluyó que el instrumento es válido y aplicable (Tomas y Lescano, 2003).

Para la población actual (adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo) dicho instrumento que mide “habilidades sociales” y fue sometido a evaluación por criterio de jueces (Mg. Oscanoa Estrella Beck, Mg. Guere Mansilla Jeanpier y Mg. Lucen Pariona Kevin), teniendo como criterios de validación como la pertinencia, relevancia y claridad, así mismo luego de dicha evaluación de los expertos se procedió a elaborar la sábana de datos en el programa Excel, de los cuales se determinó mediante la prueba estadística V de Aiken, teniendo así como resultado un puntaje de 0.97 que se determina como una validez aceptable.

Confiabilidad

La confiabilidad se obtuvo tras la aplicación a 8900 estudiantes de diferentes departamentos del Perú (24 regiones en el 2003) mediante el sistema test-retest, teniendo como resultado un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.916 en la variable de habilidades sociales, así como en sus dimensiones: primeras habilidades sociales= 0.6510, habilidades sociales avanzadas= 0.5911, habilidades relacionadas a los sentimientos= 0.6317, habilidades alternativas a la agresión= 0.7224, habilidades frente al estrés= 0.7658 y habilidades de planificación= 0.6785, determinándose así un nivel de confiabilidad aceptable (Tomas y Lescano, 2003).

Para determinar la confiabilidad del instrumento “test de habilidades sociales” se realizó el proceso estadístico a 30 personas (adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo) mediante el sistema test-retest se obtuvo un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.942, lo cual de determina una alta confiabilidad en el instrumento (ver anexo 9).

Tabla estadística de la muestra final

El instrumento fue validado por constructo de juicio de expertos, realizado a 3 profesionales, y se obtuvo el puntaje de 0,99 como índice del coeficiente de V de Aiken de toda la prueba, así mismo los 5 profesionales fueron los siguientes:

- Juez 1: Mg. Oscanoa Estrella Beck
- Juez 2: Mg. Guere Mansilla Jeanpier
- Juez 3: Mg. Lucen Pariona Kevin

Tabla 1

Validación de constructo por criterio de jueces del cuestionario de habilidades sociales

Ítem	Pertinencia		Relevancia		Claridad			
	Juez 1,2 y 3	Acuerdo	Juez 1,2 y 3	Acuerdo	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Acuerdo
1	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
2	1	1.00	1	1.00	1	1	0	0.67
3	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
4	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
5	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
6	1	1.00	1	1.00	1	1	0	0.67
7	1	1.00	1	1.00	1	1	0	0.67
8	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
9	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
10	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
11	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
12	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
13	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
14	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
15	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
16	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
17	1	1.00	1	1.00	1	1	0	0.67

18	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
19	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
20	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
21	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
22	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
23	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
24	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
25	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
26	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
27	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
28	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
29	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
30	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
31	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
32	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
33	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
34	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
35	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
36	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
37	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
38	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
39	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
40	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
41	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
42	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
43	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
44	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
45	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
46	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
47	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
48	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
49	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
50	1	1.00	1	1.00	1	1	1	1.00
	Total	50.00	Total	50.00			Total	48.67
	Índice	1.00	Índice	1.00			Índice	0.97

Índice de validez: 0.99

En la tabla 1 se muestra la validación de constructo por jueces expertos, por lo que se evidencia que el índice general del criterio de “pertinencia” fue de 1.00, así como el índice general del grado de “relevancia” fue de 1.00 y el índice general del criterio “claridad” fue de 0.98, por lo que se determinó a través del proceso estadístico V de Aiken = 0.99 y que en efecto el instrumento es válido.

Confiabilidad

La confiabilidad se obtuvo mediante el sistema tes-retest en un grupo de 10 adolescentes que pertenecieron a la muestra (ver anexo), por lo que se obtuvo mediante el proceso estadístico de Alfa de Cronbach = 0.942, por lo que el instrumento tiene una alta confiabilidad.

Procedimientos para la aplicación de los instrumentos y el programa Kutirumpuy

Se aplicaron los instrumentos y el programa Kutirumpuy, además se realizó de manera presencial, de los cuales se tomó en cuenta todos los protocolos y medidas de bioseguridad necesarios para el contexto de pandemia que son las siguientes: uso obligatorio de mascarillas, protectores faciales, así mismo la evaluación se hizo después de finalizar cada sesión del programa que se realizó en horarios extra para no perjudicar sus obligaciones y labores académicas del Centro de Atención Residencial de un CAR.

4.4 Técnicas de Análisis de Datos

Para el procesamiento de la información se empleó el *software* IBM- SPSS para la generación de cuadros y gráficos estadísticos con porcentajes e índices de significancia de lo que se evaluó en el pretest y pos-test, para evidenciar los niveles de desarrollo de las habilidades sociales.

De esta manera, en cuanto al proceso estadístico inferencial para el desarrollo y aprobación de las hipótesis planteadas en esta investigación se realizó como primer paso las pruebas de normalidad de Shapiro Wilk ($n < 50$ personas) donde se determinó que los datos pertenecen a una distribución no normal (no paramétrica) y se logró así el tratamiento estadístico de W de Wilcoxon determinando así, la aplicación del programa Kutirumpuy que influye significativamente, desarrollando las habilidades sociales en los adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo.

4.5 Aspectos Éticos

Para la presente investigación tuvo en cuenta el Código de Ética de la Universidad Continental, que según al artículo N.º 18 de la Constitución Política del Perú señala, que cada universidad es independiente en sus reglamentos normativos, académicos, administrativos y económicos; es por ello que de acuerdo a la Resolución N° 559-2016-R/UC de la Universidad Continental señala que, tanto docentes como estudiantes de dicha universidad, deberán de respetar y regirse a ciertos principios éticos, para resguardar la información que se irá y se obtuvo de manera confidencial. De tal manera que se debe de cumplir con rigurosidad el principio de honestidad, responsabilidad, el principio de rigor, transparencia, justicia y verdad ya que se basan a criterios de evaluación de acuerdo a los procedimientos planteados, para después mostrar los informes de los avances alcanzados de la investigación y no tener inconvenientes con respecto a los resultados obtenidos o que estas se hayan manipulado en el transcurso del tiempo, de modo que al finalizar la investigación sea única para los nuevos conocimientos científicos (Resolución Rectoral, 2018).

Asimismo, se tomó en cuenta el Código Nacional de Integridad Científica [Concytec] (2019), que explica sobre las buenas prácticas o sanciones que se realice en el territorio de la investigación científica, innovación y desarrollo tecnológico en el territorio nacional (Perú). De los cuales deben conducirse en los principios científicos: la integridad, honestidad, objetividad en lo laboral y el profesionalismo de la investigación formulando y realizando los estudios con el fin de brindar confianza y credibilidad sin conflicto de intereses.

De esta manera, se han considerado normas internacionales en la redacción de la presente investigación, como las contempladas en la American Psychological Association [APA] (2020) en su Séptima Edición, la misma que es recomendada en el Instructivo de Elaboración y Revisión de Planes de Tesis y Tesis, elaborado por el director de la Escuela

Profesional de Psicología Humana de la Universidad Continental, instrumento guía que ha sido consultado cuidadosamente en el proceso de elaboración del plan de tesis que se presenta.

Se consideró dentro de los aspectos éticos los permisos solicitados a la Sociedad de la Beneficencia de Huancayo de un CAR-hogar transitorio de niñas y señoritas; enviando una solicitud a la beneficencia de Huancayo, facilitando así el oficio para poder iniciar la aplicación del programa de habilidades sociales en adolescentes (ver anexo).

De esta manera, se brindará a cada menor el consentimiento informado, donde se les explicará el trabajo a realizar para el programa de “Kutirimpuy-Habilidades sociales en adolescentes”, firmando cada adolescente, así como su tutor de turno (ver anexo).

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1 Resultados y Análisis

La presente investigación da a conocer los resultados de los análisis de las tablas de frecuencias con gráficos representados en diagrama de barras.

Tabla 2

Frecuencia y porcentajes de datos del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy para mejorar las habilidades sociales

Programa Kutirimpuy				
Habilidades sociales Niveles	Pretest		Postest	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	24	80.0	8	26.7
Medio	6	20.0	20	66.7
Alto	0	0.0	2	6.7
Total	30	100.0	30	100.0

Nota: pretest y postest tomado en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 2 se muestran los porcentajes tras la evaluación del pre y postest mediante la aplicación del programa Kutirimpuy, por lo que los resultados evidenciados en el pretest fue que el 80 % (n=24) de las adolescentes obtuvieron un nivel bajo, mientras que el 20 %

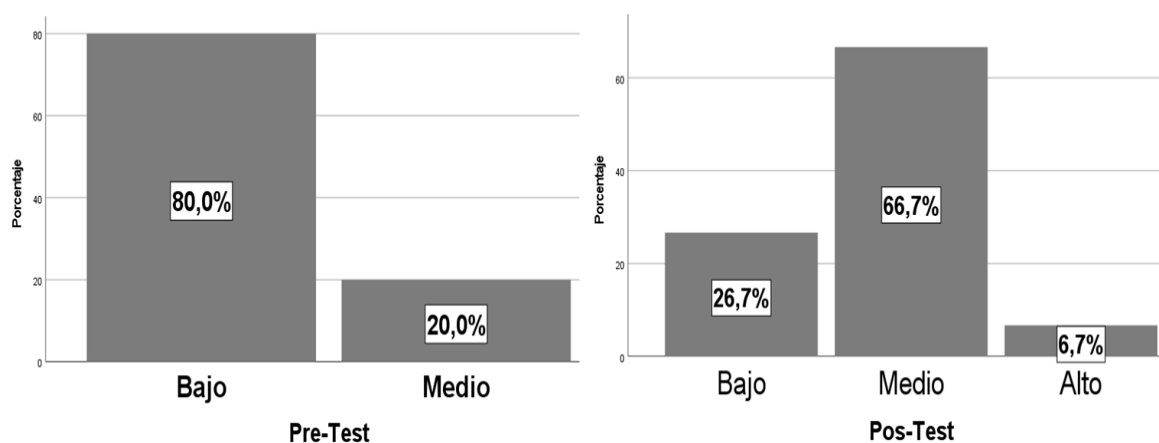


Figura 1. Muestra en porcentajes del pre y postest del desarrollo de las habilidades sociales

Tabla 3

Frecuencias y porcentajes de la dimensión primeras habilidades sociales del pretest y posttest

Programa Kutirimpuy				
Dimensión1	Pretest		Postest	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Primeras Habilidades sociales				
Bajo	23	76.7	8	26.7
Medio	7	23.3	21	70.0
Alto	0	0.0	1	3.3
Total	30	100.0	30	100.0

Nota: pretest y postest tomado en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 3 se muestran los porcentajes de la dimensión primeras habilidades sociales de la evaluación del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy, y que en efecto los resultados evidenciados en el postest fueron que el 3.3 % (n=1) de las adolescentes obtuvieron un nivel alto, mientras que el 70 % (n=21) obtuvo niveles medios y el 26.7 % (n=8) obtuvieron niveles bajos; así mismo los resultados del pretest fueron que el 76.7 % (n=26) obtuvieron niveles bajos, mientras que el 23.3 % (n=7) obtuvo niveles medios. En efecto, se evidencia notoriamente el incremento y desarrollo de las primeras habilidades sociales de las adolescentes luego de participar en el programa Kutirimpuy, lo que hace que la mayoría tenga niveles medios (70 %) y altos (3.3 %).

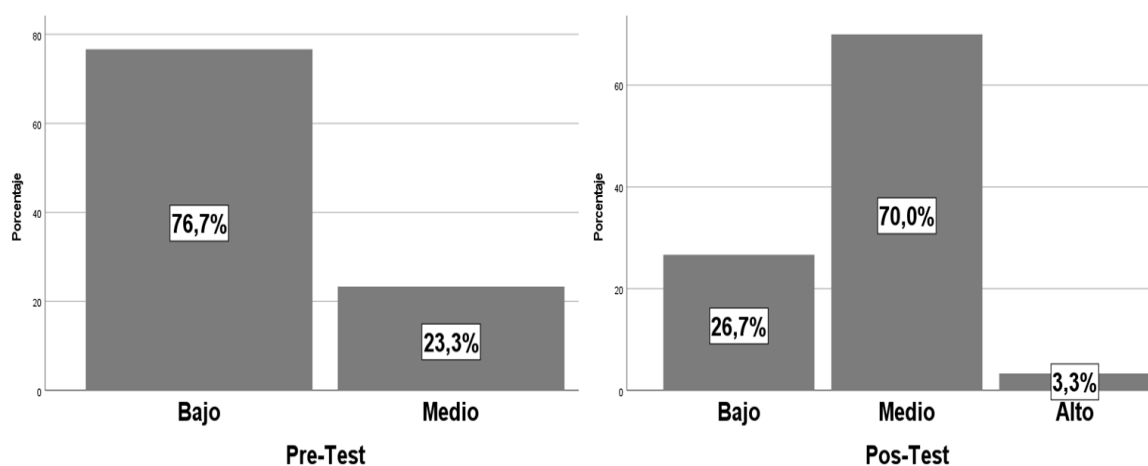


Figura 2. Muestra en porcentajes de la dimensión primeras habilidades sociales del pre y postest

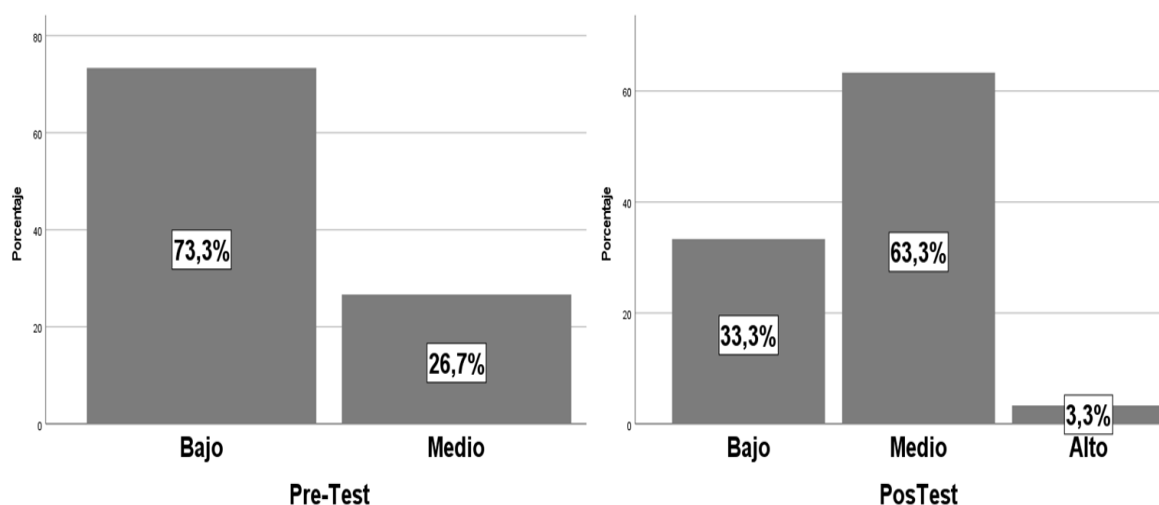
Tabla 4

Frecuencia y porcentajes de datos de la dimensión habilidades sociales avanzadas del pre y postest

Programa Kutirimpuy				
Dimensión 2 Habilidades sociales avanzadas	Pretest		Postest	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	22	73.3	10	33.3
Medio	8	26.7	19	63.3
Alto	0	0.0	1	3.3
Total	30	100	30	100

Nota: pretest y postest tomado a través de una encuesta en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 4 se muestran los porcentajes de la evaluación de las habilidades sociales avanzadas del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy, que en efecto los resultados evidenciados en el postest fueron que el 3.3 % (n=1) de las adolescentes obtuvieron un nivel alto; mientras que el 63.3 % (n=19), niveles medios; y el 33.3 % (n=10), niveles bajos; así mismo los resultados del pretest fueron que el 73.3 % (n=22) obtuvo niveles bajos; mientras que el 26.7 % (n=8), niveles medios. En consecuencia, se evidencia notoriamente el incremento y desarrollo de las habilidades sociales avanzadas de las adolescentes luego de participar en el programa Kutirimpuy, lo que hace que la mayoría tenga niveles medios (63.3 %) y altos (3.3 %).



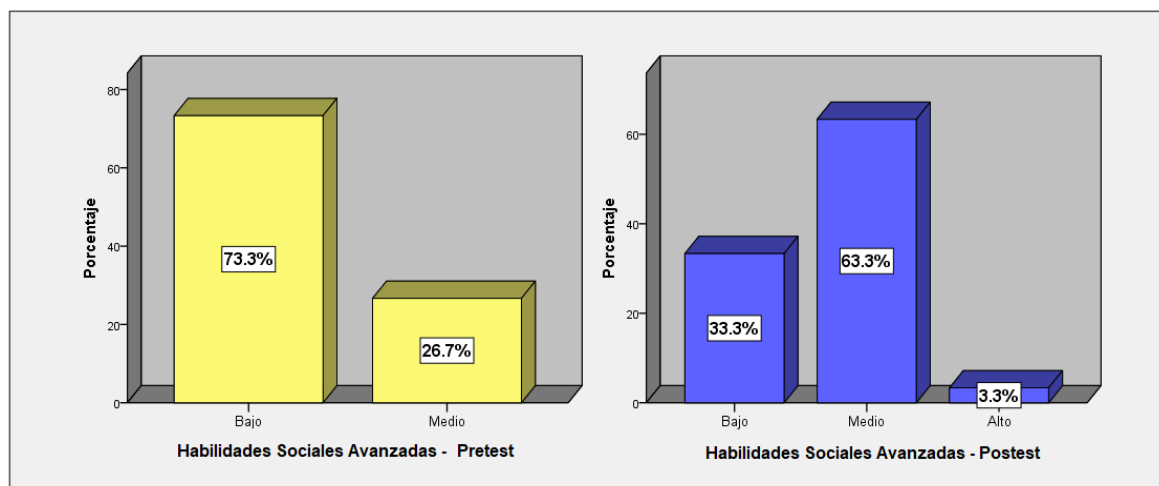


Figura 3 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales avanzadas del pre y postest

Tabla 5

Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos del pre y postest

Programa Kutirimpuy				
Dimensión 3	Pretest		Postest	
	f	%	f	%
Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos				
Bajo	21	70.0	7	23.3
Medio	9	30.0	22	73.3
Alto	0	0.0	1	3.3
Total	30	100	30	100

Nota: pretest y postest tomado a través de una encuesta en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 5 se muestran los porcentajes de la evaluación de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy, que en efecto los resultados evidenciados en el postest fueron que el 3.3 % (n=1) de las adolescentes obtuvieron un nivel alto; mientras que el 73.3 % (n= 22), niveles medios; y el 23.3 % (n=7), niveles bajos. Así mismo, los resultados del pretest fueron que el 70.0 % (n=21) obtuvoniveles bajos; mientras que el 30.0 % (n=9), niveles medios. En consecuencia,

se evidencia notoriamente el incremento y desarrollo de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos de las adolescentes luego de participar en el programa Kutirimpuy, lo que hace que la mayoría tenga niveles medios (73.3 %) y altos (3.3 %).

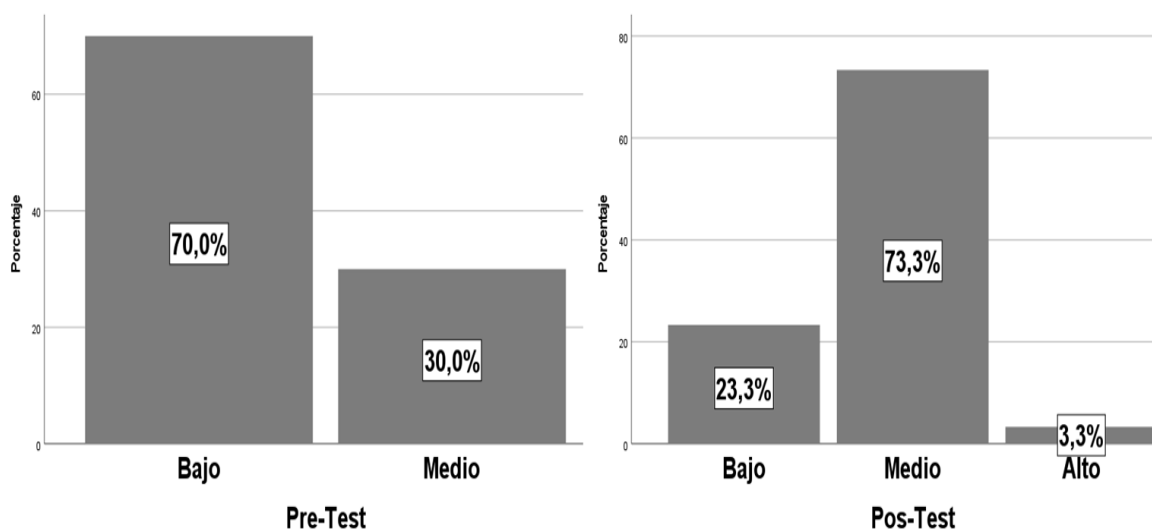


Figura 4 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos del pre y postest

Tabla 6

Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión del pre y postest

Programa Kutirimpuy				
Dimensión 4 Habilidades sociales alternativas a la agresión	Pretest		Postest	
	f	%	f	%
Bajo	25	83.3	10	33.3
Medio	5	16.7	18	60.0
Alto	0	0.0	2	6.7
Total	30	100	30	100

Nota: pretest y postest tomado a través de una encuesta en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 6 se muestran los porcentajes de la evaluación de las habilidades sociales alternativas a la agresión del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Los resultados evidenciados muestran que fue que el 6.7 % (n=2) de las adolescentes obtuvieron un nivel alto; mientras que el 60.0 % (n=18), niveles medios; y el 33.3 % (n=10), niveles bajos. Así mismo, los resultados del pretest fueron que el 83.3 % (n= 25) obtuvo niveles

bajos; mientras que el 16.7 % (n=5), niveles medios. En consecuencia, se evidencia notoriamente el incremento y desarrollo de las habilidades sociales alternativas a la agresión de las adolescentes luego de participar en el programa Kutirimpuy, lo que hace que la mayoría tenga niveles medios (60.0 %) y altos (6.7 %).

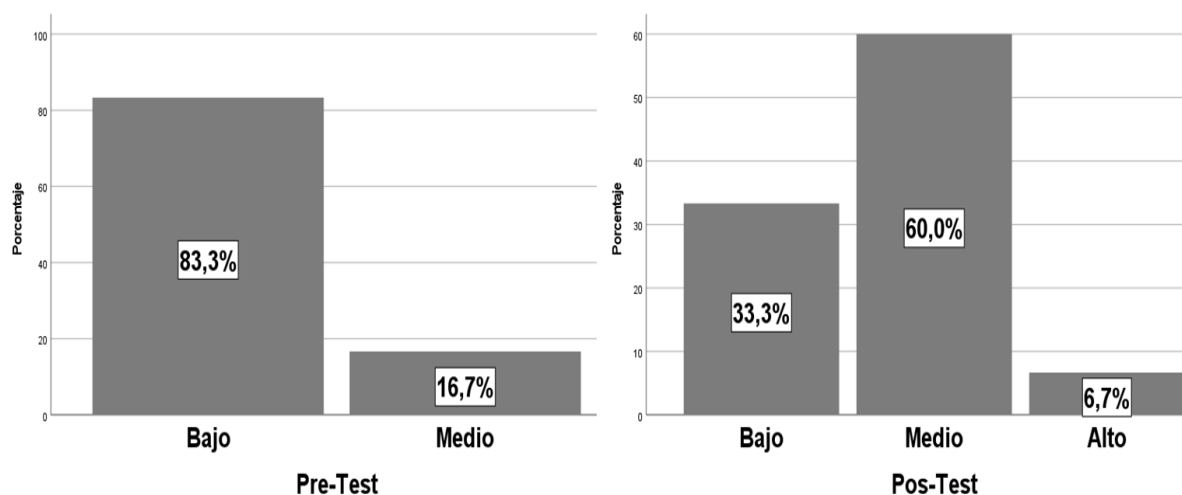


Figura 5 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión del pre y postest

Tabla 7

Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales para combatir el estrés del pre y postest

Programa Kutirimpuy				
Dimensión 5 Habilidades sociales para combatir el estrés	Pretest		Postest	
	f	%	f	%
Bajo	20	66.7	6	20.0
Medio	10	33.3	22	73.3
Alto	0	0.0	2	6.7
Total	30	100	30	100

Nota: pretest y postest tomado a través de una encuesta en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 7 se muestran los porcentajes de la evaluación de las habilidades sociales alternativas a la agresión del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Los resultados evidenciados en el postest fueron ron que el 6.7 % (n=2) de las adolescentes obtuvieron un nivel alto; mientras que el 60.0 % (n= 18), niveles medios; y el 33.3 % (n=10),

niveles bajos. Así mismo, los resultados del pretest fueron que el 83.3 % (n=25) obtuvieron niveles bajos; mientras que el 16.7 % (n=5), niveles medios. En consecuencia, se evidencia notoriamente el incremento y el desarrollo de las habilidades sociales alternativas a la agresión de las adolescentes luego de participar en el programa Kutirimpuy, lo que hace que la mayoría tenga niveles medios (60.0 %).

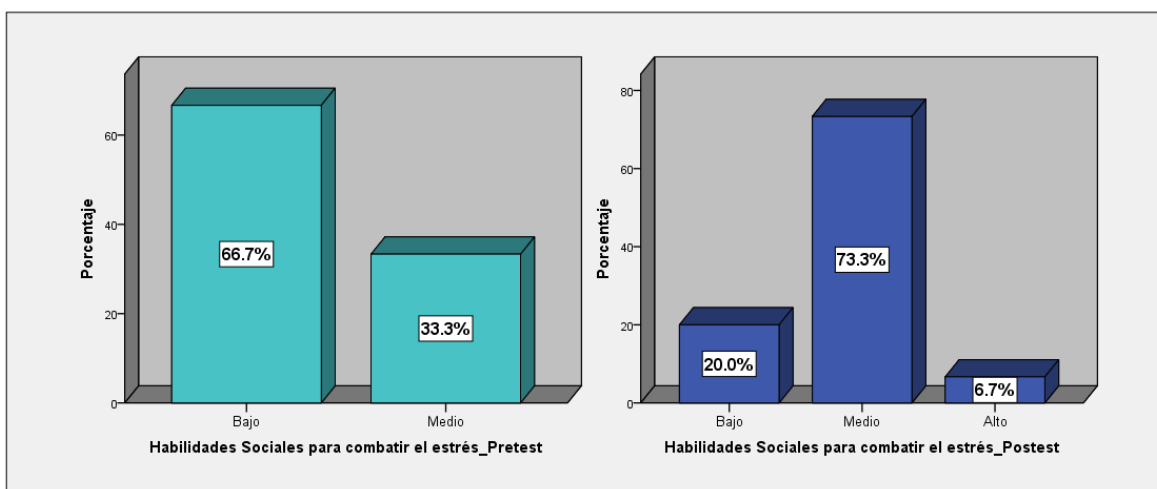
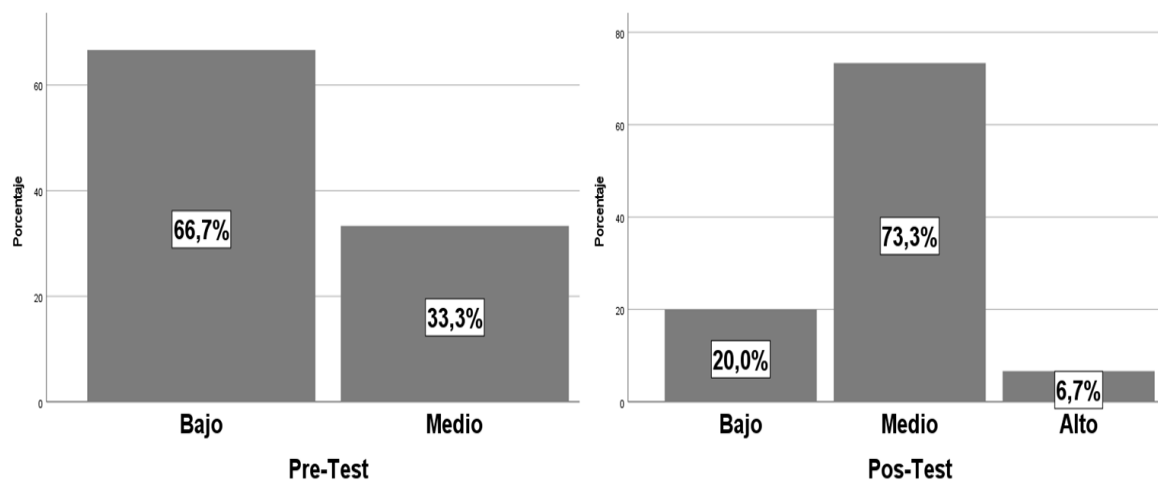


Figura 6 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales para combatir el estrés del pre y postest

Tabla 8

Frecuencia y porcentaje de datos de la dimensión habilidades sociales de planificación del pre y postest

Programa Kutirimpuy				
Dimensión 6 Habilidades sociales de planificación	Pretest		Postest	
	f	%	f	%
Bajo	23	76.7	7	23.3
Medio	7	23.3	21	70.0
Alto	0	0.0	2	6.7
Total	30	100	30	100

Nota: pretest y postest tomado a través de una encuesta en adolescentes de un CAR de Huancayo

En la tabla 8 se muestran los porcentajes de la evaluación de las habilidades sociales de planificación del pre y postest tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Los resultados evidenciados en el postest fueron que el 6.7 % (n=2) de las adolescentes obtuvo un nivel alto; mientras que el 73.3 % (n=22), niveles medios; y el 20.0 % (n=6), niveles bajos. Así mismo, los resultados del pretest fueron que el 66.7 % (n= 20) obtuvo niveles bajos; mientras que el 33.3 % (n=10), niveles medios. En consecuencia, se evidencia notoriamente el incremento y desarrollo de las habilidades sociales de planificación de las adolescentes luego de participar en el programa Kutirimpuy, lo que hace que la mayoría tenga niveles medios (73.3 %).

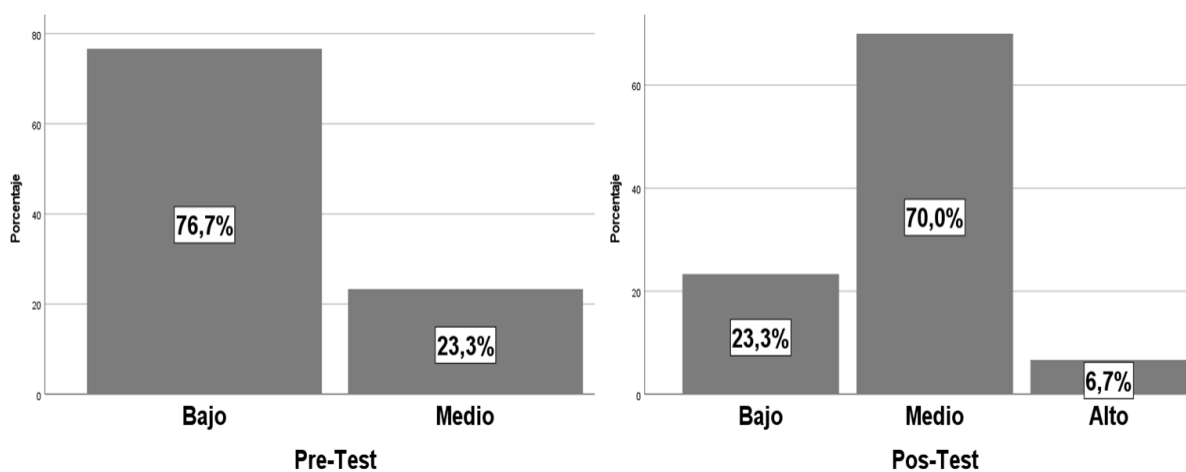


Figura 7 Muestra en porcentajes de la dimensión habilidades sociales de planificación del pre y postest

Contrastación de hipótesis

A continuación, se muestra la prueba de normalidad de Shapiro Wilk para determinar el tipo de muestra (paramétrica o no paramétrica).

Tabla 9

Prueba de normalidad de Shapiro Wilk para muestras

	Pruebas de normalidad		
	Estadístico	gl	Sig.
Puntaje general habilidades sociales pretest	.889	30	.005
Puntaje dimensión primeras habilidades sociales pretest	.850	30	.001
Puntaje dimensión habilidades sociales avanzadas PRETEST	.954	30	.219
Puntaje dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos pretest	.965	30	.413
Puntaje dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión pretest	.925	30	.037
Puntaje habilidades sociales para combatir el estrés pretest	.874	30	.002
Puntaje habilidades sociales de planificación pretest	.936	30	.071
Puntaje general habilidades sociales postest	.953	30	.201
Puntaje primeras habilidades sociales postest	.972	30	.585
Puntaje habilidades sociales avanzadas postest	.972	30	.600
Puntaje habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	.972	30	.586
Puntaje habilidades sociales alternativa a la agresión	.962	30	.350
Puntaje habilidades sociales para combatir el estrés	.969	30	.519
Puntaje habilidades sociales de planificación	.964	30	.388

Nota: *. Este es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de la significación de Lilliefors

En la tabla 9 se muestran los resultados mediante la prueba de normalidad, de los cuales se evidencian que la mayoría de las puntuaciones de la variable habilidades sociales y sus dimensiones resultaron ser de distribución no paramétrica ($\text{sig.} < 0.05$) a diferencia de los resultados del postest que en su totalidad de la variable y sus dimensiones resultaron ser de distribución paramétrica ($\text{sig.} > 0.05$). Debido a que los datos resultaron ser de distribución “normal” y “no normal” por criterio estadístico se procedió a efectuar la prueba no paramétrica de la W de Wilcoxon (prueba para muestras relacionadas), ya que se va a comparar las medias de cada variable y dimensión entre el pretest y postest y así poder determinar las pruebas de hipótesis planteadas en esta investigación.

Hipótesis general

- H_0 El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- H_1 El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 % es decir el nivel de significancia fue de 0.05 ($p= 0.05$).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H_1).

Tabla 10

Habilidades sociales en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada

Habilidades sociales	Pretest	postest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	105.07	137.57	-4.574	32.5000	0.000
Desviación estándar	19.745	27.074		22.24278	
Varianza	389.857	733.013		494.741	

En la tabla 10 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis general, teniendo así un nivel de significancia del 5 % (0.05), se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon =-4.574, seguidas de una media= 105.07 (pretest) y 137.57(postest), desviación estándar de 19.745 (pretest) y 27.074 (postest) y una varianza de 389 (pretest) y 733.013 (postest) y se obtuvo como resultado un nivel de significancia de

0.000, interpretándose así que las habilidades sociales de las adolescentes se desarrolla tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por lo tanto, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva desarrollando las habilidades sociales en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

Hipótesis específicas

A continuación, se presenta las hipótesis específicas planteadas en este estudio, para poder contrastar con el tratamiento estadístico de W de Wilcoxon mediante la prueba de comparación de medias, de los cuales son las siguientes:

a. Hipótesis específica 1

- H_0 El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- H_1 El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 %, es decir, el nivel de significancia fue de 0.05 ($p = 0.05$).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H_1).

Tabla 11

Dimensión 1: Primeras habilidades sociales en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada

Primeras habilidades sociales	Pretest	postest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	17.33	22.13	-4.055	4.8000	0.000
Desviación estándar	3.736	4.688		4.67126	
Varianza	13.954	21.982		21.821	

En la tabla 11 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis específica número 1, que evidencia un nivel de significancia del 5 % (0.05), y se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon =-4.055, seguidas de una media= 17.33 (pretest) y 22.13 (postest), con una desviación estándar de 3.736 (pretest) y 4.688 (postest) y una varianza de 13.954 (pretest) y 21.982 (postest); además se obtuvo como resultado un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que la dimensión primeras habilidades sociales de las adolescentes se desarrollan tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por lo tanto, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de las primeras habilidades sociales en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

b. Hipótesis específica 2

H₀ El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

H₁ El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 % es decir el nivel de significancia fue de 0.05 ($p = 0.05$).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H_1).

Tabla 12

Dimensión 2: habilidades sociales avanzadas en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada

Habilidades sociales avanzadas	Pretest	postest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	12.30	16.77	-4.223	4.4667	0.000
Desviación estándar	2.548	3.910		4.06612	
Varianza	6.493	15.289		16.533	

En la tabla 12 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis específica número 2, que evidencian un nivel de significancia del 5 % (0.05), y se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon = -4.223, seguidos de una media = 12.30 (pretest) y 16.77 (postest), con una desviación estándar de 2.548 (pretest) y 3.910 (postest) y una varianza de 6.493 (pretest) y 15.289 (postest), Además, se obtuvo como resultado un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales avanzadas de las adolescentes se desarrollan tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por lo tanto, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Por tanto, se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

c. Hipótesis específica 3

H₀ El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

H₁ El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 % es decir el nivel de significancia fue de 0.05 ($p= 0.05$).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H₀) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H₁).

Tabla 13

Dimensión 3: habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada

Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	Pretest	postest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	14.37	19.33	-3.957	4.9667	0.000
Desviación estándar	3.211	3.880		4.78852	
Varianza	10.309	15.057		22.930	

En la tabla 13 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis específica número 3, que evidencia un nivel de significancia del 5 % (0.05), y se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon =-3.957, seguidas de una media= 14.37 (pretest) y 19.33 (postest), con una desviación estándar de 3.211 (pretest) y 3.880 (postest)

y una varianza de 10.309 (pretest) y 15.057 (postest). Por tanto, se obtuvo como resultado un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos de las adolescentes se desarrollan tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por ello, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

d. Hipótesis específica 4

- H_0 El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- H_1 El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 % es decir el nivel de significancia fue de 0.05 ($p = 0.05$).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H_1).

Tabla 14

Dimensión 4: habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada

Habilidades sociales alternativas a la agresión	Pretest	postest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	18.73	24.73	-4.353	6.0000	0.000
Desviación estándar	4.127	5.496		4.55616	
Varianza	17.030	30.202		20.759	

En la tabla 14 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis específica número 4, que evidencia un nivel de significancia del 5 % (0.05), se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon =-4.353, seguidas de una media= 18.73 (pretest) y 24.73 (postest), con una desviación estándar de 4.127 (pretest) y 5.496 (postest) y una varianza de 17.030 (pretest) y 30.202 (postest). Asimismo, se obtuvo como resultado un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales alternativas a la agresión de las adolescentes se desarrollan tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por lo tanto, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

e. Hipótesis específica 5

- H_0 El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

- H₁ El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 % es decir el nivel de significancia fue de 0.05 (p= 0.05).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H₀) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H₁).

Tabla 15

Dimensión 5: habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes en el pretest y postest en una muestra relacionada

Habilidades sociales para combatir el estrés	Pretest	postest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	25.73	32.93	-4.136	7.2000	0.000
Desviación estándar	6.319	7.381		6.35393	
Varianza	39.926	54.478		40.372	

En la tabla 15 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis específica número 5, que evidencia un nivel de significancia del 5 % (0.05), se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon =-4.136, seguidas de una media= 25.73 (pretest) y 32.93 (postest), con una desviación estándar de 6.319 (pretest) y 7.381 (postest) y una varianza de 39.926 (pretest) y 54.478 (postest) y se obtuvo como resultado un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales para combatir el estrés de las adolescentes se desarrolla tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por lo tanto, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

f. Hipótesis específica 6

- H_0 El programa Kutirimpuy no influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).
- H_1 El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).

Nivel de significancia

El presente tratamiento estadístico trabajó con un nivel de confianza de 95 % es decir el nivel de significancia fue de 0.05 ($p = 0.05$).

Regla de decisión

Si valor $p > 0.05$, se acepta la hipótesis nula (H_0) o si el valor $p < 0.05$, se acepta la hipótesis alterna (H_1).

Tabla 16

Dimensión 6: habilidades sociales de planificación en adolescentes en el pretest y posttest en una muestra relacionada

Habilidades sociales de planificación	Pretest	posttest	W de Wilcoxon	Diferencia	Significancia
Media	16.60	21.67	-3.978	5.0667	0.000
Desviación estándar	3.892	5.287		5.09180	
Varianza	15.145	27.954		25.926	

En la tabla 16 se muestran los resultados para contrastar la hipótesis específica número 6, que evidencia un nivel de significancia del 5 % (0.05), se obtuvo un coeficiente de comparación de medias de W de Wilcoxon =-3.978, seguidas de una media= 16.60 (pretest) y 21.67 (postest), con una desviación estándar de 3.892 (pretest) y 5.287 (postest) y una varianza de 15.145 (pretest) y 27.954 (postest) y se obtuvo como resultado un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales de planificación de las adolescentes se fortalecen y se desarrollan tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Por lo tanto, se obtuvo una $p = 0.00$ ($p < 0.05$), de los cuales se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, y se llegó a la conclusión que el programa Kutirimpuy influye significativamente de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes de una CAR de la ciudad de Huancayo, 2022.

5.2 Discusión de Resultados

En cuanto al objetivo general planteado en la presente investigación, que fue determinar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022), se tuvo como resultado una W de Wilcoxon =-4.574, con un nivel de significancia de 0.000, interpretándose que las habilidades sociales de las adolescentes se ven influenciadas (aumentan su desarrollo) significativamente de manera positiva tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Estos resultados se asemejan a la investigación de Bernal et al (2021) que diseñó un programa que aplica la estrategia pedagógica para el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de la ciudad de Bogotá-Colombia, por lo que tras la aplicación de dicho programa hizo que influyera e incrementara en los adolescentes la habilidad para presentarse (34 %), habilidad para tomar la palabra (19 %), mantener la conversación (14.5 %) y finalmente influyó que el 12 % se ubique en un nivel inferencial (optimo), por lo que llega a la conclusión que el programa aplicado mediante estrategias pedagógicas influye en el desarrollo de las

habilidades sociales en adolescentes colombianos. También, encontramos resultados similares en la investigación de Pereira (2018) que aplicó un programa de habilidades sociales en adolescentes de una ONG en la ciudad de Sao Paulo Brasil, por lo que se evidenció que en la evaluación del Pretest se obtuvieron puntajes de una media de 44 puntos y que tras la aplicación del posttest se obtuvo una media de 59 puntos, y se logró así el incremento de las habilidades sociales y sus dimensiones (empatía, asertividad, socialización, autocontrol, aproximación sexual y desenvolvimiento sexual). Si bien es cierto, en contraste con la discusión de resultados se tiene a la teoría de las habilidades sociales, de los cuales se entiende que son aquellas destrezas de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida, así mismo, estas habilidades, se adquieren en el trayecto de la vida a través de la experiencia directa; por lo que todos estos resultados evidenciados en las diferentes investigaciones se infiere que la efectividad de los programas para desarrollar habilidades sociales se debe a que en su mayoría imparten sesiones prácticas y vivenciales específicas sobre lo que se quiere desarrollar, si bien es cierto el aprendizaje por modelación o imitación se da en estos programas, lo cual hace que sea efectivo en el desarrollo de las habilidades sociales. De esta manera, la efectividad de los programas se da porque también los adolescentes rápidamente aprenden a un ritmo acelerado y más aún cuando estos aprendizajes se dan socializando.

En cuanto al primer objetivo específico planteado en la presente investigación, que fue identificar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)-2022, se tuvo como resultado una W de Wilcoxon $= -4.055$, con un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que la dimensión primeras habilidades sociales de las adolescentes se ven influenciadas y se fortalecen (incrementa su desarrollo) tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Resultados similares se evidencian en las investigaciones de Miranda (2020),

que ejecutó un programa de intervención cognitivo conductual para fortalecer las habilidades sociales en estudiantes de Chimbote-Perú, por lo que se evidenció una U de Mann-Whitney = 253 con un rango de medias de 27.72 (grupo experimental) y 14.06 (grupo control), por lo que dicha investigación llega a la conclusión que el programa cognitivo conductual mejora e influye la dimensión de las primeras habilidades sociales.

De esta manera, encontramos resultados similares en la investigación de Paz (2021), que aplicó su programa Allin Kawsay para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de Cusco-Perú, de los cuales se evidenciaron que en el pretest obtuvo la mayoría niveles bajos (83.4 %) a diferencia del posttest que obtuvieron la gran mayoría niveles medios (79.20 %) en la dimensión “iniciar interacciones positivas” (indicador de las primeras habilidades sociales), así como se obtuvo puntajes de U de Mann-Whitney de 130.00 (pretest) y 26.000 (posttest) con una significancia de 0.000, por lo que dicha investigación llega a la conclusión que, tras la aplicación del programa “Allin Wawsay” mejora e influye significativamente las interacciones positivas de las habilidades sociales de los estudiantes. Todos estos resultados evidenciados se precisan en la teoría de las primeras habilidades sociales, de los cuales se sustenta que son aquellas habilidades que facilitan una buena adaptación e interacción con las demás personas y grupos que se pretenda socializar, así como los siguientes: el saber escuchar, hacer un elogio, el poder presentarse con las demás personas, saber dar las gracias, formular ciertas preguntas que sean congruentes, el poder mantener una conversación fluida y también poder iniciar la conversación. De esta manera, los resultados de esta investigación con otras investigaciones evidenciadas líneas arriba demuestran que los programas para desarrollar las primeras habilidades sociales, tales como saber escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, entre otros, son de fácil entendimiento e imitación, por lo que facilita el aprendizaje en practicar dichas habilidades.

En cuanto al segundo objetivo específico planteado en la presente investigación, que fue identificar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión de las habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)-2022, se tuvo como resultado una W de Wilcoxon $=-4.223$ y un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales avanzadas de las adolescentes se fortalecen y se ven influenciadas (incrementan su desarrollo) tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Resultados similares se evidencian en la investigación de Unocc (2017) de los cuales aplicó talleres de clown para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de Lima, Perú, por lo que se evidenció un incremento e influencia de la dimensión habilidades sociales avanzadas, y se obtuvo como nivel medio alto (40 %) en el pretest y niveles altos (45 %) en el posttest tras la aplicación de dicho programa, por lo que llega a la conclusión que los talleres de clown influyen de manera significativa en la mejora de las habilidades sociales avanzadas en estudiantes (T Student = 5.5554 y $p= 0.00$).

De igual manera en otros estudios similares encontramos a Verde (2019), quien aplicó su programa de tutoría para la mejora de las habilidades sociales en estudiantes de secundaria del departamento La Libertad, Perú; por lo que se evidenció en cuanto a la evaluación de la dimensión habilidades sociales para solucionar problemas (indicador de las habilidades sociales avanzadas) en el pretest obtuvo la mayoría niveles altos (80.9 %); y en el posttest, niveles altos en un 100 % de los estudiantes tras la aplicación del programa de tutoría. Y se llegó a la conclusión que dicha investigación tras la aplicación de su programa influye de manera significativa en la mejora de las habilidades para solucionar problemas ($t= 10.573$; $p= 0.000$). Todos estos resultados evidenciados se precisan en la teoría de Goldstein et al. (1989) de los cuales menciona a las habilidades sociales avanzadas, de los cuales son aquellas que apoyan a la adaptación social de la persona, entre ellas están las siguientes: el saber pedir ayuda, ser partícipe de diversas actividades, dar instrucciones a las

demás personas, el poder disculparse cuando se requiera solucionar un problema y el de convencer a las demás personas. Todos los resultados de las diferentes investigaciones en comparación con esta investigación se menciona que fueron positivos al desarrollar las habilidades sociales avanzadas mediante la aplicación de programas, ya que, si bien es cierto los mejores métodos para comprender y desarrollar ciertas habilidades sociales es mediante la escenificación y dramatización, como por ejemplo, si uno escenifica con sus compañeros pidiendo disculpas, ayudando a los demás, simular que uno da instrucciones y los demás le hacen caso, entre otras acciones, terminarán comprendiendo y aprendiendo estas habilidades sociales específicas, lo cual determina que estos programas que imparten este tipo de estrategias serán mucho más efectivos que otros programas.

En cuanto al tercer objetivo específico planteado en la presente investigación, que fue identificar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)", se tuvo como resultado una W de Wilcoxon $=-3.957$, con un nivel de significancia de 0.000, interpretándose, así que las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos de las adolescentes se fortalecen y se ven influenciadas (incrementan su desarrollo) tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Estudios similares encontramos en Miranda (2020), que aplicó su programa de intervención cognitiva conductual para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de la ciudad de Trujillo, Perú, por lo que se evidenció que, tras la aplicación del programa, dio como resultado la influencia de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en estudiantes, y se obtuvo así una media de 15.14 (grupo control) y una media de 26.94 (postest) con un grado de significancia $p=0.000$. Por último encontramos resultados similares en la investigación de Alania y Turpo (2018), quienes aplicaron un programa implementado para desarrollar habilidades sociales avanzada en estudiantes de una universidad peruana, por lo que se evidenció que el programa

influye de manera positiva en el desarrollo de la dimensión disculpare a nivel emocional de las habilidades sociales, y se obtuvo así una media de 11.90 (pretest) y una media de 14.03 (postest) con un índice de t calculada = 3.88 y una $p= 0.001$.

Todos estos resultados evidenciados se precisan en la teoría de Goldstein et al. (1989), que plantea que las habilidades relacionadas a los sentimientos son destrezas que permiten a la persona manejar adecuadamente sus sentimientos y emociones y de las demás personas, entre ellas tenemos las siguientes: el poder conocer nuestros propios sentimientos, saber expresar los sentimientos, el de comprender las emociones de los demás, el poder enfrentarse al enfado o la cólera de las otras personas, saber dar afecto y auto recompensarse de las buenas acciones que uno hace. De esta manera, todos estos resultados positivos que lograron los programas aplicadas en las distintas investigaciones para el desarrollo de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos se debe a que no solo fueron escenificados o dramatizados en las sesiones que se les impartió a los participantes sino que también se les explicó la importancia de los sentimientos y emociones que uno debe expresar al momento de socializar, es por ello que dichos talleres y programas fueron efectivos al momento de desarrollar esta dimensión de las habilidades sociales.

En cuanto al cuarto objetivo específico planteado en la presente investigación, que fue identificar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión de las habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)-2022, que tuvo como resultado una W de Wilcoxon = -4.353, con un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales alternativas a la agresión de las adolescentes se fortalecen y se ven influenciadas (incrementan su desarrollo) tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Resultados similares se evidencian en las investigaciones de Unocc (2017) que mediante la aplicación de su taller de Clow para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de Lima-Perú, los resultados fueron que en

las evaluaciones del Pretest se evidenció que la mayoría obtuvo niveles medios (45 %) a diferencia de la evaluación del posttest que más del 50 % de estudiantes obtuvieron niveles medio altos tras la aplicación de dicho programa, y se llegó a la conclusión que el programa Clown influye significativamente en la mejora de las habilidades sociales ($t= 5.114$; $p= 0.00$).

También encontramos en Paz (2021), en su estudio sobre la aplicación de un programa llamado Allin Wawsay para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de Cusco, Perú, por lo que se evidenció que en la evaluación de la dimensión “Defensa de los propios derechos” se tuvo como resultado que un 83.3 % obtuvo niveles bajos en el pretest a diferencia del posttest que obtuvieron la gran mayoría niveles medio de 87.5 %, por lo que se concluye que dicho programa influye de manera significativa la dimensión defensa de los propios derechos de las habilidades sociales en estudiantes (U de Mann Whitney =41.000 pretest y 23.500 posttest : $p= 0.000$).

Todos estos resultados positivos descritos líneas arriba pueden deberse a que estos programas también aplicaron la concientización sobre la base de la explicación de las consecuencias de la agresión o gresca que se puede generar cuando uno no se comunica correctamente con la otra persona, es por ello que dichos programas resultaron ser eficaces en el desarrollo de las habilidades sociales alternativas a la agresión.

En cuanto al quinto objetivo específico planteado en la presente investigación, que fue identificar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión de las habilidades sociales para combatir el estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)-2022, se tuvo como resultado una W de Wilcoxon =-4.136, con un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales para combatir el estrés de las adolescentes se fortalecen y se ven influenciadas (incrementan su desarrollo) tras la aplicación del programa Kutirimpuy. Resultados similares encontramos en la

investigación de Miranda (2020), que aplicó su programa de enfoque cognitivo-conductual para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes de Trujillo, Perú, porque se evidenció un incremento en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés comuna media de 27.2 (postest) a diferencia del pretest con una media de 14.78, por lo que se concluyó que el programa influye de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales frente al estrés (U Mann Whitney = 266; $p= 0.00$).

También, se evidencian resultados similares en la investigación de Unocc (2017) tras su aplicación de un taller de clown para la mejora de las habilidades sociales en estudiantes de Lima, Perú, de los cuales se evidenció en la evaluación de las habilidades sociales para hacer frente al estrés del pretest, los estudiantes obtuvieron niveles medios (60 %) en comparación del postest tras la aplicación de dicho programa, y se obtuvo como resultado que la mayoría se encontraba en niveles altos (40 %), por lo que dicho estudio llega a la conclusión que el programa Clawn influye en el desarrollo de las habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes ($t=6.515$; $p=0.000$). Todos estos resultados apuntan a que, si uno aplica un programa con un enfoque en específico como el cognitivo conductual, se va tener mayor alcance y eficacia al momento de desarrollar habilidades sociales, ya que a nivel cognitivo se les puede explicar a los participantes los beneficios de desarrollar habilidades sociales para enfrentar el estrés, como también a nivel conductual pueden realizar acciones de cómo enfrentar el estrés y diversos problemas que generan este tipo de malestar.

En cuanto al sexto objetivo específico planteado en la presente investigación, que fue identificar la influencia del programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión de las habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)-2022, se tuvo como resultado una W de Wilcoxon =-3.978, con un nivel de significancia de 0.000, interpretándose así que las habilidades sociales de planificación de

las adolescentes se fortalecen y se ven influenciadas (incrementan su desarrollo) tras la aplicación del programa Kutirimpuy.

Estudios similares se evidencian en las investigaciones de Alpas (2017), que aplicó estrategias de didáctica teatral para el desarrollo de las habilidades blandas en estudiantes de Huancayo, Perú, por lo que se tuvo como resultado en las evaluaciones de las habilidades sociales de planificación en el postest y se obtuvo en su mayoría niveles excelentes (32 %) a diferencia del pretest que obtuvieron un nivel bueno en su mayoría (41 %), por lo que llega a la conclusión que tras la aplicación de la estrategia didáctica teatral influye de manera positiva en el desarrollo de las habilidades sociales de planificación en estudiantes (media de 30.59 pretest; media de 31.87 postest).

En otros estudios de resultados similares se evidencian en Miranda (2020), que aplicó su programa de intervención cognitivo conductual para mejorar las habilidades sociales en estudiantes de Trujillo, Perú, por lo que se evidenció un incremento en las habilidades sociales de planificación y se obtuvo así una media en el postest de 28.46 a diferencia del pretest que se obtuvo una media de 13.03 teniendo como resultado una U de Mann Whitney de 63.5 y una significancia de $p=0.000$, y se llegó a la conclusión que tras la aplicación de dicho programa en estudiantes, mejora las habilidades sociales de planificación. Todos estos resultados reflejan la eficacia de los programas, ya que el empleo de una estrategia teatral y la aplicación de talleres de clown son muy prácticos a la hora de enseñar algún aprendizaje, que en este caso fue el de mejorar las habilidades sociales de planificación como, por ejemplo, el de establecer objetivos, lograr la toma de decisiones eficaces, concentrarse en las tareas que se vendrán a futuro, entre otros.

Conclusiones

1. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -4.574; $p=0.000$) en el desarrollo de las “habilidades sociales” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron en su manera de relacionarse socialmente con sus pares, como también desarrollaron una mejor comunicación (asertiva) acompañado de un lenguaje cordial y persuasivo.
2. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -4.055; $p=0.000$) en el desarrollo de la dimensión “primeras habilidades sociales” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron la manera de escuchar a las demás personas, hacer un elogio, el poder presentarse ante los demás, saber dar las gracias y formular preguntas congruentes.
3. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -4.223; $p=0.000$) en el desarrollo de la dimensión “habilidades sociales avanzadas” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron la forma de pedir ayuda, ser partícipe de diversas actividades, dar instrucciones a las demás personas, el poder disculparse cuando se requiera solucionar un problema y el de convencer a las demás personas.
4. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -3.957; $p=0.000$) en el desarrollo de la dimensión “habilidades sociales Relacionadas a los Sentimientos” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron en su capacidad para reconocer sus propios sentimientos y expresarlos, como también el de comprender las emociones de los demás, el poder enfrentarse (encarar) al enfado o la cólera de las otras personas y saber dar afecto.

5. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -4.353; p=0.000) en el desarrollo de la dimensión “habilidades sociales alternativas a la agresión” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron en su capacidad para solicitar permiso a la persona indicada, disposición a compartir, disposición a ayudar, conciliar, autocontrolarse, como también adquirieron la capacidad para defender los propios derechos, autocontrolarse cuando otros hacen bromas pesadas, mantenerse al margen de situaciones problemáticas y la capacidad para resolver conflictos sin pelear
6. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -4.136; p=0.000) en el desarrollo de la dimensión “habilidades sociales para combatir el estrés” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron su manera de expresar el desacuerdo, escuchar las críticas de otros y responderlas con imparcialidad, halagar, manejar la vergüenza y la timidez, manejar el rechazo o el ser excluido.
7. El programa Kutirimpuy influye significativamente (Wilcoxon = -4.055; p=0.000) en el desarrollo de la dimensión “habilidades sociales de planificación” en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo. De los cuales mejoraron en la forma de anticiparse y tomar decisiones realistas, establecer diversos objetivos, recopilar información precisa antes de ejecutar alguna acción.
8. La presente investigación llega a la conclusión que tras la aplicación del programa Kutirimpuy se evidencia que influye en el desarrollo de las habilidades sociales de las adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo, por lo que dichas habilidades como iniciar una conversación, presentarse, dar las gracias, mantener una conversación, pedir ayuda, disculparse, expresar afecto, resolver sus miedos,

comprender el sentimiento de los demás, pedir permiso, evitar discusiones, defender sus propios derechos y de los demás, entre otros.

Recomendaciones

1. Sobre la base de la eficacia del programa Kutirimpuy, se recomienda incluir en las programaciones curriculares o cursos que se emite en las sociedades de beneficencia de Huancayo, CAR y en instituciones educativas, ya que resulta ser de gran apoyo y herramienta de desarrollo para la mejora de las habilidades sociales.
2. En cuanto al programa Kutirimpuy, se recomienda diseñar, planificar y programar mayor número de sesiones, con la finalidad de mejorar cada dimensión de las habilidades sociales, de los cuales mejorará la calidad de su desarrollo y aprendizaje en los adolescentes. Como ya se evidenció en este estudio y en los diferentes estudios de la eficacia de los programas para fortalecer el influir en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes, se sugiere que las autoridades del Ministerio de Educación tomen en cuenta este tipo de estrategias o programas, incrementando sesiones y horas lectivas para la aplicación y enseñanza en los colegios e instituciones educativa, a fin de contribuir en el desarrollo de las habilidades sociales.
3. Se recomienda realizar investigaciones experimentales con poblaciones y muestras más grandes con el fin de establecer y precisar los resultados de la eficacia del programa Kutirimpuy como una estrategia válida y efectiva para el fortalecimiento y desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes.

Referencias bibliográficas

- Aguirre, A. (2004). *Capacidad y factores asociados a la resiliencia, en adolescentes del C.E. Mariscal Andres Avelino Caceres del Sector IV de Pamplona Alta San Juan de Miraflores 2002*. Tesis doctoral no publicada. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Alania, C., y Turpo, G. (2018). *Desarrollo de habilidades sociales avanzadas en estudiantes de periodismo de una universidad peruana* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/7775>
- Alpas, E. (2017). *Estrategia didáctica teatral: creación colectiva y desarrollo de habilidades blandas en estudiantes de diseño gráfico/modas del Instituto Continental* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/5145>
- Balvin, L., y Díaz, T. (2020). *Influencia del teatro en las relaciones sociales de los adolescentes de la ciudad de Jauja 2017-2018* [Tesis de licenciatura, Universidad nacional del Centro del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/6098>
- Bernal, C., Díaz, T., y López, R. (2020). *Diseño de una estrategia pedagógica para el desarrollo de las habilidades sociales y la competencia pragmáticas apoyado en ambientes ludificados de aprendizaje y transmedia* [Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]. <http://hdl.handle.net/20.500.12494/33464>
- Caballo, V. (1999). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI. https://www.academia.edu/24963835/Vicente_E_Caballo_Manual_de_Evaluacion_y_Entrenamiento_de_Las_Habilidades_Sociales
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Sigo XXI.
- Combs, T.P, y Slaby, D.A. (1978). Social skills training with children. En B. Lahey y A. Kazdin. (Ed.), *Advances in clinical childpsychology*. New York: Plenum Press.
- Condor, C., y Ruiz, S. (2018). *Aplicación del Programa “Aprendiendo a ser mejores personas” para fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes del cuarto grado de Educación secundaria de la Institución Educativa “Felipe Huamán Poma de Ayala”-El Tambo – Bambamarca – 2018* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29219>
- Cordero, L. (2019). *Restaurando las habilidades* [tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. <http://hdl.handle.net/20.500.12494/14938>
- Dongil, E., y Cano, A. (2014). *habilidades sociales. Sociedad Española para el estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)*. https://bemocion.sanidad.gob.es/comoEncontrarmeMejor/guiasAutoayuda/docs/guia_habilidades_sociales.pdf

- Estrada, A., Zuloaga, A., Gallegos, R., y Mamani, U. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria, *Zenodo*, 40(1), 1-7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4699386>
- Fernández, O., Pérez, C., Gloger, S., y Krause, M. (2015). Importancia de los Cambios Iniciales en la Psicoterapia con Adolescentes. *Terapia psicológica*, 33(3), 247-255. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000300008>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J. y Klein, P. (1980). *Skillstreaming the Adolescent*. Spain: Martínez Rosa Editions.
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J. y Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de entrenamiento*. (2ª ed.). Ediciones Martínez Roca, S.A.
- Gresham, F.M. y Elliot, S.N. (1990). *Social Skills Rating System*. Circle Pine, MN: American Guidance Service.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed). Editorial Mc Graw Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5a. ed). Mexico D.F: Interamericana Editores, S.A De C.V.
- Hernández, S., y Mendoza, T. (2019). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill Interamericana Editores S.A de C.V.
- Ima. (2019). *Habilidades sociales en estudiantes del sexto grado de primaria de una de una Institución Pública del Callao*. [Tesis posgrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/8794>
- Machaca, R.A., y Mamani, D.L. (2017). *Relaciones intrafamiliares y Depresión en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la institución educativa 91 José Ignacio Miranda de la ciudad de Juliaca – 2017* [Tesis pregrado, Universidad Privada Unión]. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/687>
- Ministerio de Salud. (2005). *Manual de habilidades sociales en Adolescentes Escolares*. Perú: Inversiones Escarlata y Negro SAC. http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/170_adolec.pdf
- MIMP. (21 de agosto, 2018). *Los niños, niñas y adolescentes: población vulnerable al maltrato y al abuso*. Observatorio Nacional. [https://observatorioviolencia.pe/ninez-vulnerable-al-maltrato/#:~:text=Se %20considera %20a %20los %20ni %C3 %Bl os,que %20crecen %20y %20se %20socializan.](https://observatorioviolencia.pe/ninez-vulnerable-al-maltrato/#:~:text=Se%20considera%20a%20los%20ni%C3%Bl os,que%20crecen%20y%20se%20socializan.)
- MINSA. (6 de mayo, 2021). *El bullying escolar afecta las habilidades sociales y la autoestima de los niños con graves repercusiones en su vida adulta*. Ministerio de Salud. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/604785-minsa-el-bullying-escolar-afecta-las-habilidades-sociales-y-la-autoestima-de-los-ninos-con-graves-repercusiones-en-su-vida-adulta>



- Ministerio de Salud. (2006). *Modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú*. Lima: MINSA. 90 pp. [https://crolimacallao.org.pe/documentos/normas/MODELO %20DE %20ABORDAJE %20PROMOCION %20DE %20LA %20SALUD %20PERU.pdf](https://crolimacallao.org.pe/documentos/normas/MODELO%20DE%20ABORDAJE%20PROMOCION%20DE%20LA%20SALUD%20PERU.pdf)
- Miranda, M. (2020). *Efectos de un programa de intervención cognitivo-conductual en las habilidades sociales de adolescentes de una institución educativa de Chimbote* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/51146>
- Papalia, D. (2012). *Desarrollo humano* (12ed). Editorial. Mac Graw Hill. <https://psicologoseducativosgeneracion20172021.files.wordpress.com/2017/08/papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>
- Patricio, A., Maia, P., y Bezerra. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 19(2),17-38. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339643529001>
- Paz, Z. (2021). *Programa Allin Kawsay en habilidades sociales de estudiantes de una institución educativa de la provincia de Paucartambo, Cusco 2021* [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/69262>
- Parra. (2018). *Clima familiar y Habilidades sociales en los estudiantes de nivel Secundaria en la Corporación Educativa Guadalupe del distrito de Mala – Cañete* [Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/23014>
- Pereira, G., Del Prette, A., Pereira, D., y Romera, L. (2018). Programa de habilidades sociais para adolescentes em preparação para o trabalho. *Psicologia Escolar e Educacional*, 22(3),573-581.[18 de Febrero de 2022]. ISSN: 1413-8557. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=282368071016>
- Pilco y Sacaca. (2022). Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria. *Revista de estudios psicológicos* 2(4), 109-120. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/88/156>
- Quinto, O. (2021). *Aprendizaje en línea en el desarrollo de habilidades sociales de estudiantes de Trabajo Social*, Universidad Nacional del Centro del Perú, 2021 [Tesis de maestría, Universidad Nacional del Centro del Perú]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/68747>
- Resolución Rectoral. (2018). *Código de ética de la Universidad Continental*. https://ucontinental.edu.pe/documentos/informacion_institucional/2018/codigo-de-etica-para-la-Investigacion.pdf
- Ríos, R., y Marchena, C. (2017). Propuesta de un programa e-learning para desarrollar habilidades sociales. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(3),301-311. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29255775004>

- Romero, S. (2019). *Programa de intervención en habilidades sociales en adolescentes con altas capacidades* [Tesis de fin de grado, Universidad Católica de Valencia]. <http://hdl.handle.net/20.500.12466/1388>
- Sánchez, A., y Reyes, E. (2009). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima, – Perú. Editorial Visión Universitaria.
- Sánchez, H. y Reyes, M. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica* (5.º ed.). Business Support Ameth SRL
- Tenorio, R. (2016). *Programas triunfadores y habilidades sociales en estudiantes de psicología e ingeniería en la ciudad de Huancayo* [Tesis de maestría, Universidad nacional del Centro del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/4481>
- Tomas, A y Lescano, L. (2003). *Situación de las habilidades sociales en escolares del Perú, Implementación de la línea base de habilidades sociales a nivel nacional, Estandarización psicométrica de la Lista de Chequeo de habilidades sociales*. https://www.researchgate.net/publication/335949894_Situacion_de las_Habilidades_Sociales_en_Escolares_del_Peru
- Tomas, A. (1995). *Conducta tipo A y habilidades sociales en estudiantes de primer al quinto año de psicología de una Universidad Nacional* [Tesis de Licenciatura] Lima: UNFV
- Tortosa, J. (2018). El aprendizaje de habilidades sociales en el aula. *Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad*, 4(4), pp. 158-165. <https://www.redalyc.org/journal/5746/574660908013/html/>
- UNICEF. (2017). *Habilidades para la vida*. [https://www.unicef.org/venezuela/media/431/file/Habilidades %20para %20la %20vida. %20Herramientas %20para %20el %20#BuenTrato %20y %20la %20prevenci %C3 %B3n %20de %20la %20violencia.pdf](https://www.unicef.org/venezuela/media/431/file/Habilidades_%20para_%20la_%20vida.%20Herramientas%20para%20el%20#BuenTrato%20y%20la%20prevenci%C3%B3n%20de%20la%20violencia.pdf)
- Unocc, S. (2017). *Taller de Clown para la mejora de las habilidades sociales en un grupo de estudiantes universitarios*. Lima, 2016 [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/6268>
- Verde, B. (2019). *Programa de tutoría en las habilidades sociales de los estudiantes del segundo grado de secundaria de una institución educativa* [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/31150>
- Yarlequé, C., Javier, A., Monroe, A., Nuñez, L. (2007). *Investigación en Educación y Ciencias Sociales*. Grupo Monovalente de Proyección Social. Huancavelica.

ANEXOS

Anexo 1

Matriz de consistencia

Título: programa Kutirimpuy para fomentar las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)				
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variable independiente	Población
¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?	Determinar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)	El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).	 programa Kutirimpuy Dimensiones: Sesión 1 Sesión 2 Sesión 3 Sesión 4 Sesión 5 Sesión 6	La presente investigación tiene como población a 30 mujeres adolescentes de 13 a 18 años de un CAR que pertenece a la Sociedad de Beneficencia que está ubicado en la Ciudad incontrastable de Huancayo que es la provincia del departamento de Junín.
Problema Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis específicas	Variable dependiente	Muestra
a. ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?	-Identificar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)	El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión primeras habilidades sociales en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).	 Habilidades sociales	30 mujeres adolescentes de 13 a 18 años de un CAR que pertenece a la Sociedad de Beneficencia de Huancayo
b. ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?	- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)”	El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales avanzadas en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022). El programa Kutirimpuy influye significativamente en el	Dimensiones 1-Primeras habilidades sociales 2-Habilidades sociales avanzadas	Técnica y tipo de muestreo La muestra fue de tipo censal, ya que se tomó en cuenta todas las personas

<p>c. ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?</p>	<p>-Identificar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)</p>	<p>desarrollo de la dimensión habilidades sociales relacionadas a los sentimientos en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).</p> <p>El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión s habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).</p>	<p>3-Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos</p> <p>4-Habilidades sociales alternativas a la agresión</p> <p>5-Habilidades sociales para hacer frente al estrés</p> <p>6-Habilidades sociales de planificación</p>	<p>que conforman la población en su totalidad (100 %)</p> <p>Técnica de recolección de datos</p> <p>La técnica a aplicar será la del cuestionario ya que, consiste en mostrar un conjunto de preguntas organizadas para evaluar o medir una o más variables.</p>
<p>d. ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?</p>	<p>-Identificar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales alternativas a la agresión en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)</p>	<p>El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión s habilidades sociales alternativas para hacer frente al estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).</p>		<p>Instrumento de recolección</p> <p>Test de habilidades sociales de Goldstein</p>
<p>e. ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?</p>	<p>- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)</p>	<p>El programa Kutirimpuy influye significativamente en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022).</p>		
<p>f. ¿De qué manera influye el programa Kutirimpuy para desarrollar la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)?</p>	<p>- Identificar la influencia del programa Kutirimpuy en el desarrollo de la dimensión habilidades sociales de planificación en adolescentes de un CAR de la ciudad de Huancayo (2022)</p>			

Bibliografía de sustento para la justificación, planteamiento del problema, delimitación del problema

- Ministerio de Salud. (2006). Modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú. Lima: MINSA. 90 pp. <https://bit.ly/3OH4UPp>
- MINSA. (2021). El bullying escolar afecta las habilidades sociales y la autoestima de los niños con graves repercusiones en su vida adulta. <https://bit.ly/3FqrutO>
- Pilco y Sacaca. (2022). Habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria. Revista de estudios psicológicos 2 (4), pp. 109-120. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/88/156>
- Fernández, O., Pérez, C., Gloger, S., y Krause, M. (2015). Importancia de los Cambios Iniciales en la Psicoterapia con Adolescentes. Terapia psicológica, 33(3), 247-255. <https://bit.ly/3ETVqge>
- Patricio, A., Maia, P. , y Bezerra. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. Subjetividad y Procesos Cognitivos, 19(2),17-38. [2 de Marzo de 2022]. ISSN: 1666-244X. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339643529001>
- Estrada, A., Zuloaga, A., Gallegos, R., y Mamani, U. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4699386>
- MIMP. (2018). Los niños, niñas y adolescentes: población vulnerable al maltrato y al abuso. <https://bit.ly/3H7NAT5>
-

Bibliografía de sustento usado para el diseño metodológico

- Hernández, S., y Mendoza, T. (2019). Metodología de la investigación. Mc Graw Hill Interamericana Editores S.A de C.V.
- Sánchez, H. y Reyes, M. (2015). Metodología y Diseños en el Investigación Científica (5° ed.). Business Support Ameth SRL
- Yarlequé, C., Javier, A., Monroe, A., Nuñez, L. (2007). Investigación en Educación y Ciencias Sociales. Grupo Monovalente de Proyección Social. Huancavelica.

Anexo 2
Acta de Consentimiento

AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA



SOLICITO: Autorización para la aplicación de mi investigación en un CAR de la ciudad de Huancayo.

Para: director Lic. Walter Huachuhuilca Contreras

Sr. director Lic. Walter Huachuhuilca Contreras de la Sociedad de Beneficencia de Huancayo. Yo Fernandez Espejo Yumara Kiria, Bachiller de la Escuela Académica Profesional de Psicología de la Universidad Continental, identificada con DNI 72547207, con domicilio el Jr. Los Fresnos N.º 776- Urb Alto la Merced, con celular 966402035 y mi compañera Cuba Tobar Karito Mayumi que es Bachiller de la Escuela Académica Profesional de Psicología Humana de la Universidad Continental, identificada con DNI N.º 71935898, domicilio en Jr. Ocoña s/n con el celular 954473677.

Nos dirigimos a usted con el debido respeto exponiendo lo siguiente.

Que, habiendo culminado nuestros estudios universitarios de manera satisfactoria y deseando obtener el título profesional, solicitamos la autorización de su persona para la aplicación de nuestra investigación que lleva como nombre “programa Kutirimpuy” para desarrollar las habilidades sociales de los adolescentes de un CAR de Huancayo.

Quedamos atentas a su respuesta, muchas gracias.

Huancayo 05 de noviembre del 2021

Anexo 3
Autorización del Albergue



FACULTAD DE HUMANIDADES

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
PSICOLOGÍA**

PLAN DE TESIS

**PROGRAMA "KUTIRIMPUY" PARA FOMENTAR LAS
HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UN CAR DE
LA CIUDAD DE HUANCAYO, 2022**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTADO POR:
BACH. YUMARA KIRIA FERNÁNDEZ ESPEJO
BACH. KARITO MAYUMI CUBA TOVAR**

**HUANCAYO - PERÚ
2022**

Anexo 4

Consentimiento informado

Estimadas Albergadas:

Cordial saludo.

Por medio de la presente me permito solicitar su autorización y consentimiento para la participación del proyecto de investigación “programa Kutirimpuy para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de Huancayo (2022)”, a cargo del grupo de investigación.

El presente documento tiene como finalidad hacerle conocer los detalles del estudio y solicitarle su consentimiento informado para participar en él.

Objetivo:

El objetivo de esta investigación es confirmar la influencia que genera el programa Kutirimpuy para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes de un CAR de Huancayo (2022).

Fecha de la realización del programa

Las sesiones del programa “Kutirimpuy” para el desarrollo de las habilidades sociales se aplicará en el mes de marzo del año 2022 con las siguientes fechas:

Aplicación de la Sesión 1

Taller “Escucha” (martes 01 de marzo del 2022)

Aplicación de la Sesión 2

Taller “Reconociendo reglas de aprendizaje” (miércoles 02 de marzo del 2022)

Aplicación de la Sesión 3

Taller “Conociendo tu sentir” (jueves 03 de marzo del 2022)

Aplicación de la sesión 4

Taller “Mi autocontrol” (viernes 05 de marzo del 2022)

Aplicación de la sesión 5

Taller “Enfrentando” (lunes 08 de marzo del 2022)

Aplicación de la sesión 6

Taller “Tomo la iniciativa” (martes 09 de marzo del 2022)

Lugar de la realización del programa

La aplicación y desarrollo de las sesiones del programa Kutirimpuy se realizarán en la misma institución que se encuentra ubicado en la misma esquina de las avenidas Santa Isabel y Trujillo de la ciudad de Huancayo.

Responsables:

BACH: YUMARA KIRIA FERNANDEZ ESPEJO

BACH: KARITO MAYUMI CUBA TOVAR

Procedimiento: Previa autorización de la institución y asentimiento informado por el encargado y el (la) adolescente, debidamente firmado, se procederá a aplicar los instrumentos de manera anónima.

Para la realización de este proyecto se requiere la participación de todas las albergadas y de antemano Agradeciendo su atención.

Cordialmente

ANEXO 5
CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES DE GOLDSTEIN (LCHS)

Edad: Sexo: HombreMujer.....
 Grado: Sección:

INSTRUCCIONES: A continuación, se evidencia una enumerada lista de habilidades que el individuo utiliza para la interacción social. Deberás determinar cómo usas cada una de esas habilidades, marcando con una (X) en algunas de las filas correspondientes. Trabaja rápidamente y no emplees mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongado. Asegúrate en contestar todas las preguntas. No hay respuesta “correcta” ni respuesta “incorrecta”. Ahora comience

N.º	Preguntas	Nunca	Rara vez	A Veces	A Menudo	Siempre
1	Escuchar: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?					
2	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?					
3	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?					
4	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?					
5	Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?					
6	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?					
7	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?					
8	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?					
9	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?					
10.	Participar: ¿Elige la menor manera de acercarse a un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?					
11.	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguir las fácilmente?					
12.	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?					
13.	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?					
14.	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?					
15.	Conocer los propios sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?					
16.	Expresar los sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?					
17.	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?					
18.	Enfrentarse con el enfado del otro: ¿Intenta comprender en el enfado de la otra persona?					
19.	Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?					
20.	Resolver el miedo: ¿Cuándo siente miedo, piensa por qué lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?					
21.	Autorrecompensarse: ¿Se da a sí mismo una recompensa después de que hace algo bien?					
22.	Pedir permiso: ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?					

23.	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?					
24.	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?					
25.	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?					
26.	Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le "escapan las cosas de las manos"?					
27.	Defender los propios derechos: ¿Defiende los derechos dando a conocer cuál es su postura?					
28.	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?					
29.	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?					
30.	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?					
31.	Formular una queja: ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?					
32.	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responde imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?					
33.	Demostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?					
34.	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?					
35.	Arreglársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?					
36.	Defiende a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?					
37.	Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir que hacer?					
38.	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?					
39.	Enfrentarse a los mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?					
40.	Responder una acusación: ¿Comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo la acusación?					
41.	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?					
42.	Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decide qué cosas quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?					
43.	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante de hacer?					
44.	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar qué lo causó?					
45.	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?					
46.	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?					
47.	Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?					
48.	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?					
49.	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?					
50.	Concentrarse en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo presta atención a lo que quiere hacer?					

ANEXO 6
PROGRAMA Kutirimpuy
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

TALLER N° 01: “TE ESCUCHO Y ME ESCUCHAS”					
Objetivo: Desarrollar habilidades sociales relacionadas a la empatía correspondientes a la escucha y expresión verbal adecuadas.					
Fecha: 01/03/2022 Tiempo: 90 minutos					
FASES	ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO	RESP.
INICIO	Presentación	<p>Inicialmente, se realiza la presentación de las psicólogas quienes desarrollarán el presente taller y los siguientes.</p> <p>OBJETIVO: Informar a las albergadas sobre las profesionales responsables de las actividades para que se sientan familiarizadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mascarillas para cada usuaria • Gel para las manos 	3 min.	
	Psicoeducación	<p>A continuación, se pregunta a las albergadas si saben cómo mantener una conversación, dar elogios o si saben escuchar. Una vez se tiene esta información se les da a conocer acerca de la empatía, comprender al otro y escuchar, mediante medios audiovisuales como videos y afiches informativos.</p> <p>OBJETIVO: Recabar información sobre las participantes, además de brindar información preliminar acerca de los temas a tratar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Afiches informativos • Laptop • Diapositivas 	22 min.	

DESARROLLO	<p>Dinámica “Completa la Historia”</p>	<p>Para comenzar con la dinámica, se forma en equipos a las albergadas para realizar las siguientes actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A cada grupo se les entregan cuatro viñetas (iguales para todos) que, al unirlos, deberán de conformar una historia, agregando datos usando su creatividad. • Una vez que se termine con el armado de las historias, cada grupo deberá de exponerla a los demás. • Luego de escuchar todas las historias, se hace una comparación entre ellas. • Después, se pide a dos participantes en general que vuelvan a relatar las diferentes historias que han escuchado (donde es muy probable que cambien información). • Se les pregunta a las participantes sobre: ¿por qué algunas partes de las historias se han modificado?, ¿solemos prestarnos atención entre todas?, ¿nos ocurre muy seguido?, entre otros. • Se pide a las albergadas que pongan ejemplos de cómo muchas veces sucede este problema en el día a día. <p>OBJETIVO: Observar el desempeño de las participantes, sobretodo en relación a sus capacidades de escucha y atención a las demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulinas (viñetas) donde están las partes de la historia 	25 min.	
------------	---	---	--	---------	--

	<p style="text-align: center;">Aplicación de la Lista de Cotejo</p>	<p>Como continuación al desarrollo del tema y de manera complementaria, se pide a las albergadas que respondan a un cuestionario basado en los temas tratados, el cual contiene las siguientes preguntas:</p> <p>LISTA DE COTEJO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Sabe escuchar? (SÍ/NO) 2. ¿Sabe iniciar una conversación? (SÍ/NO) 3. ¿Sabe mantener una conversación? (SÍ/NO) 4. ¿Sabe formular una pregunta? (SÍ/NO) 5. ¿Sabe dar las gracias? (SÍ/NO) 6. ¿Sabe presentarse? (SÍ/NO) 7. ¿Sabe presentar a otras personas? (SÍ/NO) 8. ¿Sabe hacer elogios? (SÍ/NO) <p>OBJETIVO: Que las propias participantes puedan reconocer sus propias habilidades interpersonales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias de la Lista de Cotejo • Lápices 	<p>10 min.</p>	
--	--	--	---	----------------	--

FINAL	Preguntas de Cierre	<p>Después de que cada una de las albergadas realizó la autoevaluación, respecto a lo trabajado durante el taller, se realizan las preguntas: ¿cómo te sientes al ser escuchada?, ¿cómo crees que se sienten las demás personas cuando no comprendes sus mensajes?, ¿qué puedes sugerir o felicitar?, invitándolas a participar y dar sus ideas, promoviendo la escucha en las demás.</p> <p>OBJETIVO: Afianzar en las albergadas la capacidad de escuchar y de continuar con un diálogo, ya sea para dar una recomendación o reforzar una actitud mediante elogios.</p>		15 min.	
	Feedback	<p>Una vez comprendida la importancia de escuchar y expresar activamente las propias ideas, se refuerza la información acerca de la importancia de una buena comunicación para establecer y/o mejorar las relaciones saludables con las demás personas.</p> <p>OBJETIVO: Acentuar la relevancia de emitir y recibir adecuadamente los mensajes para fortalecer las relaciones sociales.</p>		15 min.	

TALLER N° 02: “APRENDIENDO NUEVAMENTE”

Objetivo: Emplear técnicas de comunicación que permitan un mejor entendimiento y desenvolvimiento social.

Fecha: 02/03/2022 **Tiempo:** 90 minutos

FASES	ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO	RESP.
INICIO	Bienvenida	Se saluda a las albergadas, agradeciéndoles por su participación activa durante los talleres, recordando lo realizado en el taller anterior. OBJETIVO: Reforzar la información que se va dando a las participantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Mascarillas para cada usuaria • Gel para las manos 	4 min.	
	Psicoeducación y Dinámica de Preguntas	Luego, de manera complementaria, se les da a conocer información acerca de otras habilidades necesarias al relacionarse con otras personas, como el participar activamente, dar ideas en alguna actividad o reunión, pedir disculpas cuando es necesario y el cumplir las normas cuando estas son dadas. OBJETIVO: Definir las habilidades sociales avanzadas para saber en qué consisten.	<ul style="list-style-type: none"> • Afiches informativos • Laptop • Diapositivas 	11 min.	
	Dinámica “Lluvia de ideas”	Una vez se tenga definida cada habilidad social, se les pregunta a las albergadas acerca de cómo están manteniendo sus conversaciones e interacciones con las demás personas, realizando preguntas sobre si saben pedir ayuda, seguir reglas o convencer, por lo que se les pide que brinden ejemplos en su vida cotidiana donde ellas mismas u otras personas no las han cumplido o no han podido continuar con una conversación o les ha significado un problema en algún momento. OBJETIVO: Reconocer situaciones en las que no se suelen llevar a cabo las habilidades sociales avanzadas.		17 min.	

<p style="text-align: center;">DESARROLLO</p>	<p style="text-align: center;">Dinámica “Aprendo alternativas”</p>	<p>Manteniendo las ideas dadas por las albergadas previamente, se procede a identificar las alternativas que se puedan tomar cuando surja alguna situación similar a los ejemplos dados por ellas mismas, las cuales son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser precisos con lo que queremos decir. • Utilizar frases largas cuando sea necesario. • Tener presente que la otra persona no piensa igual que nosotros. • Repetir el mensaje cuantas veces sea necesario. • Preguntar las veces que sea necesario. • Tener un tono de voz adecuado. • Hablar de forma pausada, lo que hace silencios. • Hacer gestos congruentes con nuestro lenguaje. <p>Para lo cual, se forman ocho grupos donde a cada uno de ellos le corresponda una alternativa de solución, para que luego den ejemplos de cómo las situaciones cambiarían si son utilizadas.</p> <p>OBJETIVO: Delimitar aquellas acciones que ayudan a mejorar las relaciones sociales con los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulinas donde esté cada alternativa. 	<p>30 min.</p>	
--	---	---	---	----------------	--

	<p>Aplicación de la Lista de Cotejo</p>	<p>Una vez que se sabe que existen situaciones donde el no actuar debidamente puede generar altercados con las demás personas y teniendo el conocimiento que existen alternativas que las solucionen, se solicita a las albergadas a que respondan la lista de cotejo basada en sus propias experiencias, donde están las siguientes preguntas:</p> <p>LISTA DE COTEJO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Sabe pedir ayuda? (SÍ/NO) 2. ¿Sabe participar? (SÍ/NO) 3. ¿Sabe dar instrucciones? (SÍ/NO) 4. ¿Sabe seguir instrucciones? (SÍ/NO) 5. ¿Sabe disculparse? (SÍ/NO) 6. ¿Logra convencer a los demás? (SÍ/NO) <p>OBJETIVO: Distinguir si en la propia vida cotidiana se aplican las habilidades sociales avanzadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias de la Lista de Cotejo • Lápices 	8 min.	
FINAL	<p>Identificación de Ventajas y Desventajas</p>	<p>De manera general, se pregunta a las albergadas sobre cómo se han sentido al conocer las alternativas, cuáles serían las ventajas de aplicarlas, cuáles serían las desventajas de no hacerlas, además de comprometerse a aplicar las alternativas de solución en todo momento.</p> <p>OBJETIVO: Concientizar acerca de la relevancia de mantener óptimas relaciones con las demás personas basadas en una buena comunicación.</p>		20 min.	

TALLER N° 03: “CONOCIENDO TU SENTIR”

Objetivo: Conocer cómo influyen los pensamientos, emociones y sentimientos para poder comprender a los demás y a sí mismo.

Fecha: 03/03/2022 **Tiempo:** 90 minutos

FASES	ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO	RESP.
INICIO	Bienvenida	<p>Se saluda a las albergadas, agradeciendo y felicitándolas por la colaboración durante los talleres, recordando lo aprendido en los mismos.</p> <p>OBJETIVO: Reforzar la información que las participantes van aprendiendo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mascarillas para cada usuaria • Gel para las manos 	3 min.	
	Debate Previo	<p>De manera general, con todas las albergadas, se les plantea diferentes situaciones que pueden ser frecuentes en ellas, donde se pasará a debatir si les producen alegría, tristeza, rencor, enojo, miedo, etc.</p> <p>Posteriormente, se les pregunta si suelen manifestar o exteriorizar estas emociones o prefieren reservarlas para sí mismas, además de saber los motivos por los cuales actúan de dichas maneras.</p> <p>OBJETIVO: Identificar en qué medida las participantes expresan sus emociones en diferentes contextos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Diapositivas 	8 min.	

	<p style="text-align: center;">Dinámica “Me expreso dibujando y actuando”</p>	<p>Una vez comprendida la idea que existen diversas situaciones que pueden generar reacciones diferentes para cada persona, a cada albergada se les brinda cinco hojas en blanco, en cada una de ellas tendrán que dibujar situaciones que les generen alegría, tristeza, enojo, vergüenza y afecto. Mientras van culminando los dibujos, van a pegar cada uno de ellos en la pizarra principal.</p> <p>Cuando ya todas las participantes hayan colocado sus dibujos en la pizarra, se divide a las participantes en cinco grupos, donde cada uno de ellos tendrá que escoger una situación dibujada para dramatizarla, donde a cada grupo le toque una emoción diferente.</p> <p>OBJETIVO: Reconocer situaciones cotidianas y comunes donde surjan diferentes emociones en cada albergada.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond • Colores • Plumones • Cinta scotch 	<p>25 min.</p>	
--	---	--	---	----------------	--

DESARROLLO	Dinámica Grupal “¿Cómo actuarán los demás?”	<p>Continuando con los grupos conformados, se pide a cada uno de ellos que elija a una persona responsable del grupo. Luego, a cada grupo se les asigna situaciones diferentes con preguntas que deben ser contestadas, las cuales son las siguientes:</p> <p>Grupo N° 01: Situación: Juan le dice a Carlos que no sirve para nada y que es un estúpido porque estando enamorado de María no se le declara.</p> <p>a) ¿Qué pensará Carlos? b) ¿Qué reacción tendrá Carlos?</p> <p>Grupo N° 02: Situación: María le pide permiso a su papá para ir a una fiesta, pero él se niega, además le hace recordar que tiene que limpiar toda la casa.</p> <p>a) ¿Qué pensará María? b) ¿Qué reacción tendrá María?</p> <p>Grupo N° 03: Situación: Mario está corriendo a la hora del recreo hacia el quiosco, de pronto su compañero José le pone un cabe y Mario cae al suelo.</p> <p>a) ¿Qué pensará Mario? b) ¿Qué reacción tendrá Mario?</p> <p>Grupo N° 04: Situación: Lorena se entera que su compañero Samuel ha dicho a varios de sus amigos que ella es una “tramposa” y “jugadora”.</p> <p>a) ¿Qué pensará Lorena? b) ¿Qué reacción tendrá Lorena?</p> <p>Grupo N° 05: Situación: Las compañeras de Carmen creen que ella se ha llevado la cartera de Lucía, por lo que le dicen que es una ratera. Lo cierto es que</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas bond para cada grupo donde estén las situaciones y las preguntas • Hojas bond donde colocarán las respuestas 	35 min.	
-------------------	--	---	---	---------	--

		<p>Carmen no conocía lo que había pasado.</p> <p>a) ¿Qué pensará Carmen?</p> <p>b) ¿Qué reacción tendrá Carmen?</p> <p>Una vez que termina la actividad grupal, se pide a la responsable de cada grupo que lea las respuestas en público.</p> <p>OBJETIVO: Descubrir que muchas de las reacciones a lo que nos pueda suceder se generan a partir de nuestras emociones y los pensamientos que puedan ocasionar.</p>			
	<p>Aplicación de la Lista de Cotejo</p>	<p>Ya culminada la actividad grupal, se les pide que de manera individual cada una de las participantes realice una autoevaluación de cómo se da el manejo de pensamientos y emociones, mediante las siguientes preguntas:</p> <p>LISTA DE COTEJO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Logró conocer sus propios sentimientos? (SÍ/NO) 2. ¿Logró expresar sus sentimientos? (SÍ/NO) 3. ¿Logró comprender los sentimientos de los demás? (SÍ/NO) 4. ¿Logró enfrentarse con el enfado de otro? (SÍ/NO) 5. ¿Logró expresar afecto? (SÍ/NO) 6. ¿Logró resolver sus miedos? (SÍ/NO) 7. ¿Logró autorrecompensarse? (SÍ/NO) <p>OBJETIVO: Distinguir de manera personal si se conoce y expresa los pensamientos y sentimientos propios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias de la Lista de Cotejo • Lápices 	9 min.	

<p style="text-align: center;">FINAL</p>	<p style="text-align: center;">Feedback</p>	<p>Después de la aplicación de la lista de cotejo a modo de autoevaluación, se cierra el taller con las albergadas con las preguntas: ¿qué hemos aprendido hoy?, ¿cómo se sintieron?, ¿les gustó el taller? Haciendo hincapié en la relevancia de la expresión asertiva de emociones, sentimientos y pensamientos.</p> <p>OBJETIVO: Retroalimentar los conocimientos adquiridos, favoreciendo el aprendizaje de nuevas capacidades relacionadas a mantener mejores relaciones sociales.</p>		<p>10 min.</p>	
---	--	--	--	----------------	--

TALLER N° 04: “ MI AUTOCONTROL”

Objetivo: Comprender la relevancia del manejo y autocontrol emocional adecuado mediante el análisis y reflexión de los propios valores y su aplicación en la vida cotidiana.

Fecha: 05/03/2022 **Tiempo:** 90 minutos

FASES	ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO	RESP.
INICIO	Bienvenida	<p>Se da la bienvenida a las albergadas, agradeciéndoles por participar activamente durante las dinámicas de los talleres que se van realizando.</p> <p>OBJETIVO: Reforzar positivamente la proactividad de las albergadas durante el desarrollo de los talleres.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mascarillas para cada usuaria • Gel para las manos 	2 min.	
	Dinámica en Parejas	<p>Como actividad inicial, se les pide a las albergadas que formen parejas y se coloquen una frente a otra. Una vez establecidas las parejas, se les pide que den tres comentarios positivos entre ambas, sin centrarse solamente en el físico, sino también en el comportamiento, virtudes, cómo se lleva con los demás, etc.</p> <p>OBJETIVO: Aprender a valorar las aptitudes de otras personas, además de poder expresarse asertivamente.</p>		8 min.	

<p style="text-align: center;">DESARROLLO</p>	<p style="text-align: center;">Psicoeducación</p>	<p>Una vez realizada la dinámica en pares, se procede a dar a conocer a las albergadas, de forma general, acerca de los valores, mencionando su definición, cómo son las personas que aplican los valores en su vida, enfatizando en que no hay un orden de importancia de valores establecidos, sino que cada uno tiene su propia escala de valores sobre la base de sus experiencias, costumbres, actitudes, entre otros. Asimismo, se menciona que como valores se encuentran las siguientes: cooperación, libertad, honestidad, humildad, amor, paz, respeto, responsabilidad, justicia, tolerancia, gratitud y lealtad.</p> <p>OBJETIVO: Que las albergadas conozcan la importancia de los valores y cómo aplicarlos ayuda en el día a día.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Diapositivas 	<p>20 min.</p>	
--	--	---	--	----------------	--

	<p align="center">Dinámica “Mi escala de valores”</p>	<p>Como actividad, a cada participante se les entrega una cartilla denominada “Mi escala de valores” donde encontrarán un gráfico en forma de pirámide, en el cual van a anotar, en un orden individual, los valores que más aplican. Luego, se escoge a tres participantes al azar quienes compartan su propia escala de valores, reforzando la idea que cada una tiene una escala de valores particular, la que nos debe orientar hacia una convivencia armoniosa y al bienestar personal.</p> <p>OBJETIVO: Reconocer de manera individual cómo aplicamos los valores, en qué medida y respetar los valores de los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulinas con la cartilla para rellenar • Plumones 	<p align="center">22 min.</p>	
--	--	--	--	-------------------------------	--

	<p style="text-align: center;">Dinámica grupal “¿Cómo empleo mis valores?”</p>	<p>Se agrupa a las participantes en cinco grupos donde a cada uno se le otorgue un valor previamente estudiado, mencionando que, sobre la base de dicho valor, realizarán una dramatización donde estén situaciones como los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pedir permiso • Ayudar a los demás • Defender sus derechos • Compartir sus cosas • Evitar problemas con los demás <p>Y para finalizar las dramatizaciones, van a tener que decir un slogan que refleje la aplicación de los valores en dichas situaciones.</p> <p>OBJETIVO: Aplicar los valores de manera efectiva a diferentes situaciones de la vida cotidiana.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulinas, cada una con un valor diferente • Cartulinas, cada una con una situación diferente 	<p style="text-align: center;">25 min.</p>	
--	---	---	---	--	--

	<p style="text-align: center;">Aplicación de la Lista de Cotejo</p>	<p>Dado que se ha identificado que los valores se pueden aplicar de diversas formas en situaciones variadas, se invita a las participantes a responder las preguntas de manera individual:</p> <p>LISTA DE COTEJO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Sabe pedir permiso? (SÍ/NO) 2. ¿Sabe compartir sus cosas? (SÍ/NO) 3. ¿Sabe ayudar a los demás? (SÍ/NO) 4. ¿Sabe negociar? (SÍ/NO) 5. ¿Sabe tener autocontrol? (SÍ/NO) 6. ¿Sabe defender sus propios derechos? (SÍ/NO) 7. ¿Sabe responder a las bromas? (SÍ/NO) 8. ¿Sabe evitar problemas con los demás? (SÍ/NO) 9. ¿Sabe evitar peleas? (SÍ/NO) <p>OBJETIVO: Identificar si las albergadas utilizan los valores que poseen en contextos interpersonales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias de la Lista de Cotejo • Lápices 	7 min.	
FINAL	Feedback	<p>Luego de la aplicación de la lista de cotejo, se refuerza con las participantes los conocimientos adquiridos en cuanto a la aplicación de valores en el día a día, lo cual les ayudará a mejorar sus relaciones con los demás, superar eficazmente situaciones de conflicto y también consigo mismas.</p> <p>OBJETIVO: Acentuar la importancia de actuar de manera eficaz, sobre la base de los propios valores, con las demás personas para lograr bienestar.</p>		6 min.	

TALLER N° 05: “ ENFRENTANDO”

Objetivo: Favorecer la óptima expresión y comprensión de opiniones para mantener adecuadas relaciones sociales.

Fecha: 08/03/2022 **Tiempo:** 90 minutos

FASES	ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO	RESP.
INICIO	Bienvenida	Se saluda a las albergadas para dar inicio al taller, repasando brevemente lo aprendido en los talleres anteriores. OBJETIVO: Asegurar el aprendizaje de las participantes respecto a los temas que se van desarrollando.	<ul style="list-style-type: none">• Mascarillas para cada usuaria• Gel para las manos	2 min	
	Dinámica “Contando experiencias”	A manera de inicio, se explica a las albergadas sobre la importancia de saber comunicar nuestras opiniones de manera correcta, además de respetar las opiniones de los demás. Por ello, se pide a las participantes que relaten experiencias donde tenían dudas o miedo de expresar sus opiniones libremente, donde ellas mismas den opciones de como una buena comunicación mejoraría dichos aspectos. OBJETIVO: Analizar la frecuencia en las que las participantes se encontraron en contextos donde no podían expresarse como quisieran.		10 min.	

DESARROLLO	Debate entre dos grupos	<p>Para poner en práctica lo que se va aprendiendo, se divide a las participantes en dos grupos grandes para iniciar con un debate relacionado a algún tema de actualidad que deseen hablar, donde un grupo esté a favor y otro en contra en sus argumentos, bajo la premisa principal que se respeten las opiniones que cada una de ellas va dando para que, al finalizar, se llegue a una conclusión general y un acuerdo entre ambos grupos.</p> <p>OBJETIVO: Comprender que al hablar de cualquier tema se puede tener un diálogo alturado y llegar a un acuerdo común que favorezca a ambas partes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Video informativo sobre un tema actual 	30 min.	
-------------------	--------------------------------	---	--	---------	--

	<p style="text-align: center;">Psicoeducación</p>	<p>Después de la práctica, se enseña a las albergadas acerca de cómo el intercambio de opiniones beneficia una mejor comunicación, además de explicar acerca de los pasos de cómo desarrollar mejor esta habilidad, las cuales son las siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hacerse entender por las otras personas. 2. Exponer el propio punto de vista sobre el tema o situación, manteniendo un tono de voz agradable y cordial. 3. Defender las propias opiniones si son criticadas o ignoradas. <p>Además de cómo manifestar cuando no se está de acuerdo con alguna idea, los pasos son las siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Escuchar correctamente la opinión de la otra persona. 2. Expresar el desacuerdo de modo cordial y amistoso. <p>Las cuales estarán plasmadas en un folleto para cada participante.</p> <p>OBJETIVO: Entender las pautas que ayudan a mejorar la expresión y entendimiento de opiniones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Diapositivas • Folletos 	<p>16 min.</p>	
--	--	---	--	----------------	--

	<p style="text-align: center;">Dinámica “Actuando los pasos aprendidos”</p>	<p>Nuevamente se organiza a las albergadas en grupos de cuatro integrantes cada uno, donde puedan explicar mediante una breve dramatización cómo aplicarían los pasos previamente aprendidos en una situación de debate, ya sea con el tema tratado anteriormente o en un contexto similar.</p> <p>OBJETIVO: Que las participantes sepan cómo aplicar los pasos aprendidos en su día a día.</p>		<p>16 min.</p>	
--	--	--	--	----------------	--

	<p style="text-align: center;">Aplicación de la Lista de Cotejo</p>	<p>A manera de reforzamiento de lo practicado y como parte del autoconocimiento de las albergadas, se les indica que contesten las siguientes preguntas:</p> <p>LISTA DE COTEJO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Logró formular una queja? (SÍ/NO) 2. ¿Sabe responder una queja? (SÍ/NO) 3. ¿Sabe demostrar deportividad después de un juego? (SÍ/NO) 4. ¿Sabe resolver la vergüenza? (SÍ/NO) 5. ¿Logra arreglársela cuando la dejan de lado? 6. ¿Sabe defender a un amigo? (SÍ/NO) 7. ¿Sabe responder a la persuasión? (SÍ/NO) 8. ¿Sabe responder al fracaso? (SÍ/NO) 9. ¿Logra enfrentarse a los mensajes contradictorios? (SÍ/NO) 10. ¿Sabe responder a una acusación? (SÍ/NO) 11. ¿Logra prepararse para una conversación difícil? (SÍ/NO) 12. ¿Sabe hacer frente a las presiones del grupo? (SÍ/NO) <p>OBJETIVO: Distinguir cómo se llevan a cabo las habilidades sociales de afrente al estrés en las albergadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias de la Lista de Cotejo • Lápices 	<p>6 min.</p>	
--	--	--	---	---------------	--

<p style="text-align: center;">FINAL</p>	<p style="text-align: center;">Feedback</p>	<p>Finalmente, se realiza una retroalimentación acerca de los aspectos tratados en el taller, intercambiando ideas acerca de cuáles han sido los ámbitos aplicables más fáciles, manteniendo la idea de continuar con el respeto de las opiniones de las demás.</p> <p>OBJETIVO: Afianzar los aprendizajes obtenidos para que se conviertan en habilidades habituales.</p>		<p>10 min.</p>	
---	--	---	--	----------------	--

TALLER N° 06: “ TOMANDO LA INICIATIVA”					
Objetivo: Optimizar en las albergadas la capacidad de tomar decisiones de manera fácil y segura.					
Fecha: 09/03/2022 Tiempo: 90 minutos					
FASES	ACTIVIDAD	PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO	RESP.
INICIO	Bienvenida	Se da la bienvenida a las albergadas, felicitándoles y agradeciéndoles por haber asistido y participado activamente durante las sesiones desarrolladas. OBJETIVO: Manifiestar a las participantes la importancia de su participación en los talleres realizados.	<ul style="list-style-type: none"> • Mascarillas para cada usuaria • Gel para las manos 	3 min.	
	Dinámica “Lluvia de ideas”	Para dar inicio, se consulta a las albergadas sobre en qué momentos han tenido más dificultades para tomar decisiones o resolver problemas. Luego, se les pregunta si saben cómo darle un cumplido a otra persona o dar comentarios positivos a una situación favorable. Una vez se conozca esta información, se les explica acerca de qué es un cumplido, cómo hacen que las relaciones sociales mejoren e influyen en la seguridad personal. OBJETIVO: Dar ideas de reconocimiento acerca de las capacidades de planificación y establecimiento de relaciones positivas.	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Diapositivas 	7 min.	

DESARROLLO	Dinámica “La duda de Jorge”	<p>Acto seguido, se selecciona cuatro participantes al azar, quienes realizarán una dramatización bajo el siguiente guion: “Jorge fue a una fiesta con permiso de sus padres hasta la 1 de la mañana, la reunión estaba en su mejor momento, se notaba muy divertida; sin embargo, ya se cumplía la hora del permiso, los amigos y amigas le pidieron que se quede; Jorge estaba muy indeciso, si quedarse en la fiesta y seguir divirtiéndose o irse a su casa”. Cuando se culmine la dramatización, se pregunta a las demás albergadas: ¿Qué observamos en esta situación?, ¿qué habrá decidido Jorge?, ¿en qué alternativas habrá pensado?</p> <p>OBJETIVO: Analizar una situación de indecisión buscando alternativas aleatorias.</p>		20 min.	
-------------------	------------------------------------	--	--	---------	--

DESARROLLO	Psicoeducación	<p>Después de la actividad realizada, sobre la base de la lluvia de ideas y la dinámica de dramatización, se da pase a enseñar a las albergadas acerca de la toma adecuada de decisiones, mediante folletos, señalando seis pasos para hacerlo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Definir cuál es la situación a resolver: percibir y delinear cual es el motivo de preocupación, la situación, el problema, para lo cual se buscará información, se evaluará y se definirá. 2. Proponer las alternativas: generar y considerar diferentes alternativas (lluvia de ideas), mínimamente pueden ser cinco. 3. Considerar el pro y el contra de cada alternativa: seleccionar las alternativas deseables y no deseables, sobre la base de sus consecuencias. 4. Elegir la(s) mejor(es) alternativa(s): esto se hará en función a la(s) alternativas que presente mayores consecuencias positivas. 5. Ejecutar la(s) alternativa(s) elegida(s): implementarlas y ponerlas en práctica. 6. Evaluar el resultado: se realizará, después de haber ejecutado la(s) alternativas elegidas; a corto, mediano o largo plazo; la evaluación será positiva: si el problema a resolver ha disminuido o se ha solucionado ante lo cual se premiarán realizando conductas que más le 	<ul style="list-style-type: none"> • Folletos con los pasos para tomar decisiones 	20 min.	
-------------------	-----------------------	--	--	---------	--

		<p>agradan y/o con auto mensajes positivos, para reforzar esta habilidad y su autoestima. Ejemplo “me siento orgulloso de haber sido responsable”. La evaluación será negativa: si el resultado ha sido desfavorable, entonces considerar y analizar la(s) otras alternativas, o aplicar nuevamente los pasos de la toma de decisiones.</p> <p>OBJETIVO: Conocer los pasos adecuados para tomar decisiones fácilmente.</p>			
	<p>Dinámica “Ahora sé que puedo decidir”</p>	<p>Para consolidar la información brindada, se pide a las participantes que conformen 6 grupos, donde cada uno contará con una representante.</p> <p>Adicionalmente, a cada grupo se les dará una cartilla denominada “¿Qué decisión tomaré?”, donde por cada grupo tendrán que colocar alternativas a diferentes situaciones basadas en los pasos explicados anteriormente, indicando sus beneficios.</p> <p>OBJETIVO: Reconocer de manera práctica cómo el establecer alternativas ayuda a tomar mejores decisiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulina donde este la cartilla para cada grupo • Plumones 	20 min	

	<p style="text-align: center;">Aplicación de la Lista de Cotejo</p>	<p>Una vez establecido el aprendizaje, se les pide a las albergadas que respondan las siguientes preguntas:</p> <p>LISTA DE COTEJO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Logra tomar decisiones realistas? (SÍ/NO) 2. ¿Sabe discernir la causa de un problema? (SÍ/NO) 3. ¿Sabe establecer objetivos? (SÍ/NO) 4. ¿Logra determinar sus propias habilidades? (SÍ/NO) 5. ¿Logra recoger información importante? (SÍ/NO) 6. ¿Sabe resolver los problemas según su importancia? (SÍ/NO) 7. ¿Logra tomar decisiones eficaces? (SÍ/NO) 8. ¿Logra concentrarse en una tarea? (SÍ/NO) <p>OBJETIVO: Discernir sobre aquellas habilidades que no favorecen a una mejor toma de decisiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias de la Lista de Cotejo • Lápices 	<p>6 min.</p>	
--	--	--	---	---------------	--

FINAL	Feedback del Taller	<p>Se concluye la actividad reforzando los pasos para tomar decisiones de mejor manera, bajo el enfoque en aspectos de mayor relevancia, como los siguientes: No siempre la primera reacción es la mejor opción a tomar, es importante darse un tiempo para tomar una buena decisión, y que la persona que ejecuta la decisión, basada en las alternativas consideradas, es la responsable de los resultados obtenidos sean los esperados o no.</p> <p>OBJETIVO: Favorecer el aprendizaje de pautas para tomar decisiones en las albergadas.</p>		7 min.	
	Feedback General	<p>Para finalizar, se realiza una retroalimentación general acerca de los puntos tratados durante los talleres realizados, enfatizando en las habilidades aprendidas en teoría y práctica, señalando que su aplicación debe darse en la vida cotidiana, en cualquier situación y en diferentes contextos.</p> <p>OBJETIVO: Precisar los aprendizajes obtenidos durante los talleres realizados con las participantes.</p>		7 min.	

Anexo 7

Validación de constructo por Juicio de expertos del instrumento de Habilidades sociales

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE “Habilidades sociales”

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Primeras habilidades sociales							
1	Escuchar: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	X		X		X		
2	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?	X		X		X		
3	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	X		X		X		
4	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?	X		X		X		
5	Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?	X		X		X		
6	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?	X		X		X		
7	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?	X		X		X		
8	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?	X		X		X		
	DIMENSIÓN 2 Habilidades sociales avanzadas	Si	No	Si	No	Si	No	
9	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?	X		X		X		
10	Participar: ¿Elige la menor manera de acercarse a un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?	X		X		X		
11	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguir las fácilmente?	X		X		X		
12	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?	X		X		X		
13	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?	X		X		X		
14	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?	X		X		X		
	DIMENSIÓN 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Si	No	Si	No	Si	No	
15	Conocer los propios sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?	X		X		X		
16	Expresar los sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	X		X		X		
17	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?	X		X		X		
18	Enfrentarse con el enfado del otro: ¿Intenta comprender en el enfado de la otra persona?	X		X		X		
19	Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?	X		X		X		

20	Resolver el miedo: ¿Cuándo siente miedo, piensa por qué lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?	X		X		X	
21	Autorrecompensarse: ¿Se da a sí mismo una recompensa después de que hace algo bien?	X		X		X	
	DIMENSIÓN 4 Habilidades sociales alternativas a la agresión	Si	No	Si	No	Si	No
22	Pedir permiso: ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?	X		X		X	
23	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?	X		X		X	
24	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?	X		X		X	
25	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?	X		X		X	
26	Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le "escapan las cosas de las manos"?	X		X		X	
27	Defender los propios derechos: ¿Defiende los derechos dando a conocer cuál es su postura?	X		X		X	
28	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?	X		X		X	
29	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?	X		X		X	
30	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	X		X		X	
	DIMENSIÓN 5 Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Si	No	Si	No	Si	No
31	Formular una queja: ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?	X		X		X	
32	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responde imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?	X		X		X	
33	Mostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?	X		X		X	
34	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	X		X		X	
35	Arreglársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?	X		X		X	
36	Defiende a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?	X		X		X	
37	Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir qué hacer?	X		X		X	
38	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?	X		X		X	
39	Enfrentarse a los mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?	X		X		X	

40	Responder una acusación: ¿Comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo la acusación?	X		X		X	
41	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?	X		X		X	
42	Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decide qué cosas quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	X		X		X	
DIMENSIÓN 6 Habilidades sociales de planificación		Si	No	Si	No	Si	No
43	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante de hacer?	X		X		X	
44	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar qué lo causó?	X		X		X	
45	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?	X		X		X	
46	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?	X		X		X	
47	Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?	X		X		X	
48	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?	X		X		X	
49	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?	X		X		X	
50	Concentrarse en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo presta atención a lo que quiere hacer?	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: **Oscanoa Estrella Beck Allen** DNI: **08190571**

Especialidad del validador: **Social Comunitaria**

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

07 de mayo del 2022.



Beck Allen Oscanoa Estrella

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE “Habilidades sociales”

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Primeras habilidades sociales							
1	Escuchar: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	X		X		X		
2	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?	X		X		X		
3	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	X		X		X		
4	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?	X		X		X		
5	Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?	X		X		X		
6	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?	X		X		X		
7	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?	X		X		X		
8	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?	X		X		x		
	DIMENSIÓN 2 Habilidades sociales avanzadas	Si	No	Si	No	Si	No	
9	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?	X		X		X		
10	Participar: ¿Elige la menor manera de acercarse a un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?	X		X		X		
11	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?	X		X		X		
12	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?	X		X		X		
13	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?	X		X		X		
14	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?	X		X		x		
	DIMENSIÓN 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Si	No	Si	No	Si	No	
15	Conocer los propios sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?	X		x		X		
16	Expresar los sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	X		X		X		
17	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?	X		X		X		
18	Enfrentarse con el enfado del otro: ¿Intenta comprender en el enfado de la otra persona?	X		X		X		
19	Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?	X		X		X		

20	Resolver el miedo: ¿Cuándo siente miedo, piensa por qué lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?	X					
21	Autorrecompensarse: ¿Se da a sí mismo una recompensa después de que hace algo bien?	X					
DIMENSIÓN 4 Habilidades sociales alternativas a la agresión		Si	No	Si	No	Si	No
22	Pedir permiso: ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?	X		X		X	
23	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?	X		X		X	
24	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?	X		X		X	
25	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?	X		X		X	
26	Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le "escapan las cosas de las manos"?	X		X		X	
27	Defender los propios derechos: ¿Defiende los derechos dando a conocer cuál es su postura?	X		X		X	
28	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?	X		X		X	
29	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?	X		X		X	
30	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	X		X		X	
DIMENSIÓN 5 Habilidades sociales para hacer frente al estrés		Si	No	Si	No	Si	No
31	Formular una queja: ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?	X		x		X	
32	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responde imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?	X		X		X	
33	Mostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?	X		X		X	
34	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	X		X		X	
35	Arreglársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?	X		X		X	
36	Defiende a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?	X		X		X	
37	Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir qué hacer?	X		X		X	
38	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?	x		X		X	
39	Enfrentarse a los mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?	X		X		X	

40	Responder una acusación: ¿Comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo la acusación?	X		X		x		
41	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?	X		X		X		
42	Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decide qué cosas quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	X		X		X		
DIMENSIÓN 6 Habilidades sociales de planificación		Si	No	Si	No	Si	No	
43	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante de hacer?	X		x		X		
44	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar qué lo causó?	X		X		X		
45	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?	X		X		X		
46	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?	X		X		X		
47	Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?	X		X		X		
48	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?	X		X		X		
49	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?	X		X		X		
50	Concentrarse en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo presta atención a lo que quiere hacer?	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [x] Aplicable después de corregir [] No aplicable []


Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: **Jeanpier Antony, GÜERE MANSILLA** DNI: **47817753**
Especialidad del validador: **Psicología Educativa**

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión





Jeanpier A. Güere Mansilla
 PSICÓLOGO
 C.Ps.P. N°38367

04 de abril del 2022.

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE “Habilidades sociales”

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Primeras habilidades sociales	Si	No	Si	No	Si	No	
1	Escuchar: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?	x		x		x		
2	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?		x		x		x	Mejorar la pregunta por ¿ Cuánto tiempo de duración tiene sus conversaciones ¿
3	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?	x		x		X		
4	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?	x		x		X		
5	Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?	x		x		X		
6	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?		x		x		X	Mejorar la pregunta por ¿Es fácil de entablar conversaciones con personas desconocidas?
7	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?		x		x		X	No tiene coherencia con lo que desea expresar mucha redundancia mejorar por ¿Busca que otras personas puedan entablar una comunicación con otras personas desconocidas?
8	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?	x		x		x		
	DIMENSIÓN 2 Habilidades sociales avanzadas	Si	No	Si	No	Si	No	
9	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?	x		x		X		
10	Participar: ¿Elige la menor manera de acercarse a un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?	X		x		x		
11	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?	x		x		X		
12	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?	x		x		X		
13	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?	X		x		x		
14	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?	x		x		X		
	DIMENSIÓN 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Si	No	Si	No	Si	No	

15	Conocer los propios sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?	X		x		x		
16	Expresar los sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	x		x		X		
17	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?	x		x			x	Corregir la palabra sientes por siente
18	Enfrentarse con el enfado del otro: ¿Intenta comprender en el enfado de la otra persona?	x		x		X		
19	Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?	X		x		x		
20	Resolver el miedo: ¿Cuándo siente miedo, piensa por qué lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?	x		x		X		
21	Autorecompensarse: ¿Se da a sí mismo una recompensa después de que hace algo bien?	X		x		x		
	DIMENSIÓN 4 Habilidades sociales alternativas a la agresión	Si	No	Si	No	Si	No	
22	Pedir permiso: ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?	x		x		X		
23	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?	X		x		x		
24	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?	X		x		X		
25	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que les satisfaga a ambos?	X		x		X		
26	Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le “escapan las cosas de las manos”?	X		X		X		
27	Defender los propios derechos: ¿Defiende los derechos dando a conocer cuál es su postura?	X		X		X		
28	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?	X		X		X		
29	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?	X		X		X		
30	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?	x		X		X		
	DIMENSIÓN 5 Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Si	No	Si	No	Si	No	
31	Formular una queja: ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?	X		X		X		
32	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responde imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?	X		x		X		

33	Demostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?	x		X		X		
34	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	X		X		X		
35	Arreglársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?	X		X		X		
36	Defiende a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?	X		X		X		
37	Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir qué hacer?	X		X		X		
38	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?	X		x		X		
39	Enfrentarse a los mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?	X		X		X		
40	Responder una acusación: ¿Comprende de qué y por qué ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo la acusación?	X		X		X		
41	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?	X		X		X		
42	Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decide qué cosas quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	X		X		X		
	DIMENSIÓN 6 Habilidades sociales de planificación	Si	No	Si	No	Si	No	
43	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante de hacer?	X		X		X		
44	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar qué lo causó?	X		X		X		
45	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?	X		X		X		
46	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?	X		X		X		
47	Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?	X		X		X		
48	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cuál de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?	X		X		X		

49	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?	X		X		x	
50	Concentrarse en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo presta atención a lo que quiere hacer?	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Lucen Pariona Dean Kevin Magister en Salud Publica DNI:73014814

Especialidad del validador: Psicología Clínica/Educativa


¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

04 de abril del 2022.



Dean Kevin Lucen Pariona
PSICÓLOGO
C.P.S. P. N° 42787

Firma del Experto Informante.

Anexo 8

Validez del instrumento

Índice de validez por Jueces Expertos - Excel

RUTTI ROLDAN ROYER ANTONY

Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué deseas hacer?

Formato de validación por jueces

PERTINENCIA					RELEVANCIA				CLARIDAD			
Item	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Acuerdo	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Acuerdo	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Acuerdo
1	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
2	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	0	0	0	0.00
3	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
4	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
5	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
6	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	0	0	0	0.00
7	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	0	0	0	0.00
8	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
9	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
10	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
11	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
12	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
13	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
14	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
15	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
16	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
17	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	0	0	0	0.00
18	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
19	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
20	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	0	0	0	0.00
21	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
22	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
23	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
24	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
25	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
26	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
27	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
28	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
29	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
30	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
31	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
32	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
33	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
34	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
35	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
36	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
37	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
38	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
39	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
40	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
41	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
42	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
43	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
44	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
45	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
46	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
47	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
48	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
49	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
50	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00	1	1	1	1.00
Total				50.00				50.00				46.00
Índice				1.00				1.00				0.92
Índice de validez				0.97								
Índice de validez = total de acuerdos / total de ítems												

VALIDEZ CROMBACH KUDER RICH

14°C Mayorm. soleado 04:47 p. m. 18/11/2022

Anexo 9 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

IBM SPSS Statistics Processor

Archivo Editar Ver Datos Transformar Insertar Formato Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Resultado [Documento] - IBM SPSS Statistics Visor

Registro
 Fiabilidad
 Título
 Notas
 Conjunto de datos
 Escala: Confiabilidad
 Título
 Resumen de
 Estadísticas

```

>Número de gobernanza>>>: Nombre de Comando 1.021.112
>SPSS Statistics se está ejecutando en modalidad de codificación Unicode. Este
>archivo está codificado en una codificación (página de códigos) específica del
>entorno local. El ancho definido de las variables de cadena se triplica
>automáticamente para evitar posibles pérdidas de datos. Puede utilizar ALTER
>TYPE para definir el ancho de las variables de cadena al mayor valor observado
>para cada variable de cadena.
DATASET NAME ConjuntoDatos1 WINDOW=FRONT.
RELIABILITY
/VARIABLES=Pregunta_1_Pre_Test Pregunta_2_Pre_Test Pregunta_3_Pre_Test Pregunta_4_Pre_Test
Pregunta_5_Pre_Test Pregunta_6_Pre_Test Pregunta_7_Pre_Test Pregunta_8_Pre_Test Pregunta_9_Pre_Test
Pregunta_10_Pre_Test Pregunta_11_Pre_Test Pregunta_12_Pre_Test Pregunta_13_Pre_Test
Pregunta_14_Pre_Test Pregunta_15_Pre_Test Pregunta_16_Pre_Test Pregunta_17_Pre_Test
Pregunta_18_Pre_Test Pregunta_19_Pre_Test Pregunta_20_Pre_Test Pregunta_21_Pre_Test
Pregunta_22_Pre_Test Pregunta_23_Pre_Test Pregunta_24_Pre_Test Pregunta_25_Pre_Test
Pregunta_26_Pre_Test Pregunta_27_Pre_Test Pregunta_28_Pre_Test Pregunta_29_Pre_Test
Pregunta_30_Pre_Test Pregunta_31_Pre_Test Pregunta_32_Pre_Test Pregunta_33_Pre_Test
Pregunta_34_Pre_Test Pregunta_35_Pre_Test Pregunta_36_Pre_Test Pregunta_37_Pre_Test
Pregunta_38_Pre_Test Pregunta_39_Pre_Test Pregunta_40_Pre_Test Pregunta_41_Pre_Test
Pregunta_42_Pre_Test Pregunta_43_Pre_Test Pregunta_44_Pre_Test Pregunta_45_Pre_Test
Pregunta_46_Pre_Test Pregunta_47_Pre_Test Pregunta_48_Pre_Test Pregunta_49_Pre_Test
Pregunta_50_Pre_Test
/SCALE('Confiabilidad') ALL
/MODEL=ALPHA.
  
```

Fiabilidad

[ConjuntoDatos1] C:\Users\Fc-3\Desktop\Asesoramiento de tesis\Yumara\BASE DE DATOS SPSS.sav

Escala: Confiabilidad

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,942	50

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ACTIVADO

7°C Despejado 12:36 a. m. 12/11/2022

ANEXO 10
FOTOS





