



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

EFFECTO DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO JUVENTUD PRESENTE Y
FUTURO EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LIMA

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

GABY CARMEN IVETTE VILLENA CHUMBIAUCA

ORCID: 0000-0002-9805-0801

ASESOR

MAG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO

ORCID: 0000-0002-7614-0814

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

DESARROLLO Y VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN, ASÍ COMO
DE PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN APLICADOS A LA SALUD PSICOLÓGICA

LIMA, PERÚ, JUNIO DE 2022

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mi Padre Celestial por su inmenso amor. A mis hermanos e hijos por estar siempre conmigo.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco en primer lugar, a esta casa de estudios, la Universidad Autónoma del Perú, por acogerme para alcanzar una de mis más grandes metas: lograr mi licenciatura en Psicología. Asimismo, a los padres de familia que confiaron y apoyaron la labor que se realizó con sus hijos, quienes están siempre prestos a participar, colaborar y cumplir con su misión de formadores. A mi asesor de tesis, por los conocimientos impartidos para la mejora de este trabajo de investigación. Finalmente, a mi familia en general por brindarme su apoyo incondicional.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
ÍNDICE.....	4
RESUMEN.....	6
ABSTRACT.....	7
RESUMO.....	8
INTRODUCCIÓN.....	9
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	12
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	15
1.3. Objetivos de la investigación: general y específica.....	16
1.4. Limitaciones de la investigación	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios.....	19
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	21
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	32
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	35
3.2. Población y muestra.....	36
3.3. Hipótesis.....	38
3.4. Variables – Operacionalización.....	41
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	43
3.6. Procesamiento de los datos.....	48
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Análisis de fiabilidad de las variables.....	51
4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	53
4.3. Contrastación de hipótesis.....	56
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	61
5.2. Conclusiones.....	68
5.3. Recomendaciones.....	69
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la población
Tabla 2	Distribución de la muestra con los participantes del estudio
Tabla 3	Operacionalización de la variable programa de entrenamiento en habilidades sociales Juventud Presente y Futuro
Tabla 4	Operacionalización de la variable habilidades sociales
Tabla 5	Momentos de enseñanza aprendizaje
Tabla 6	Baremo para la escala total de las habilidades sociales
Tabla 7	Baremo de las dimensiones de las habilidades sociales
Tabla 8	Confiabilidad de la Lista de chequeo de habilidades sociales
Tabla 9	Análisis de fiabilidad por dimensiones de la Lista de chequeo de habilidades sociales
Tabla 10	Análisis de fiabilidad por ítems
Tabla 11	Media y desviación estándar de habilidades sociales del grupo experimental
Tabla 12	Media y desviación estándar de habilidades sociales del grupo Control
Tabla 13	Prueba de normalidad Kolmogorov - Smirnov de grupo experimental y de control
Tabla 14	Prueba de U Mann – Whitney para comparar las habilidades sociales entre grupo experimental y control antes de ejecutar el programa
Tabla 15	Prueba de U Mann – Whitney para comparar las habilidades sociales entre grupo experimental y control después de ejecutar el programa

**EFFECTO DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO JUVENTUD PRESENTE Y
FUTURO EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LIMA**

GABY CARMEN IVETTE VILLENA CHUMBIAUCA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se determinó el efecto de del programa Juventud Presente y Futuro en el desarrollo de competencias sociales en estudiantes de secundaria en Lima. El estudio fue experimental y diseño cuasiexperimental con dos grupos, con una muestra de 104 estudiantes. Los instrumentos son el programa de entrenamiento en habilidades sociales y la Lista de chequeos de habilidades sociales de Goldstein (1980). Los resultados evidenciaron a nivel de pretest en ambos grupos en la escala total como en las dimensiones de habilidades sociales se orientaron a nivel bajo, luego de la aplicación del programa, el grupo control se mantuvo a nivel bajo y el grupo experimental se ubicó a nivel medio. Además, se halló diferencia significativa en las habilidades sociales básicas, en habilidades avanzadas, en aquellas relacionadas con los sentimientos, en las alternativas a la agresión, a la planificación y en hacer frente al estrés entre los estudiantes del grupo experimental con el de control, siendo favorable al grupo experimental. El estudio concluyó que el programa tiene un efecto positivo en la promoción de las competencias sociales en los escolares.

Palabras clave: Programa de entrenamiento en habilidades sociales, habilidades sociales, modelado, tareas.

**EFFECT OF THE PRESENT AND FUTURE YOUTH TRAINING PROGRAM ON
THE DEVELOPMENT OF SOCIAL SKILLS IN HIGH SCHOOL STUDENTS IN
LIMA**

GABY CARMEN IVETTE VILLENA CHUMBIAUCA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The objective of the study was to determine the effect of the Present and Future Youth program trainer on the development of social skills in high school students in Lima. The study was experimental and quasi-experimental design with experimental and control group, with a sample of 104 students. The instruments are the Social Skills Training Program and Goldstein's (1980) Social Skills Checklist. The results descriptively evidenced that it was determined that the experimental group and the control group in the total scale as in the social skills dimensions were oriented after the application of the program, the control group remained at a low level in social skills and the experimental group was placed at the medium level. In addition, a significant difference was found in basic social skills, in advanced skills, in those related to feelings, in alternatives to aggression, planning and coping with stress between the students of the experimental group with the control group. being favorable to the experimental group. The study concluded that the program has a positive effect in promoting social skills in students.

Keywords: Training program in social skills, social skills, modeling, tasks.

**EFEITO DO PROGRAMA DO TREINAMENTO JUVENTUD E PRESENTE E
FUTURO NO DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS EM
ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO EM LIMA**

GABY CARMEN IVETTE VILLENA CHUMBIAUCA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O objetivo do estudo foi determinar o efeito do programa Juventud e presente e futuro no desenvolvimento de habilidades sociais em estudantes do ensino médio em Lima. O estudo foi de desenho experimental e quase-experimental com grupo experimental e controle, com uma amostra de 104 alunos. Os instrumentos são o Social Skills Training Program e o Social Skills Checklist de Goldstein (1980). Os resultados evidenciaram descritivamente que foi determinado que o grupo experimental e o grupo controle na escala total como nas dimensões de habilidades sociais foram orientados após a aplicação do programa, o grupo controle permaneceu em um nível baixo em habilidades sociais e o experimental grupo foi colocado no nível médio. Além disso, foi encontrada diferença significativa nas habilidades sociais básicas, nas habilidades avançadas, nas relacionadas aos sentimentos, nas alternativas à agressão, planejamento e enfrentamento do estresse entre os alunos do grupo experimental com o grupo controle. grupo. O estudo concluiu que o programa tem um efeito positivo na promoção de habilidades sociais nos alunos.

Palabras-chave: Programa de treinamento em habilidades sociais, habilidades sociais, modelagem, tarefas.

INTRODUCCIÓN

La etapa adolescente es donde se suscitan una serie de acelerados ritmos de crecimiento y cambios, donde hay modificaciones físicas, emocionales y sociales, especialmente aquellas vinculadas a las relaciones interpersonales. Cabe reconocer que los adolescentes son influenciables y moldeables por los diferentes modelos sociales con los cuales mantienen contacto, pudiendo identificarse o no con alguno de ellos, conllevándoles asumir un conjunto de actitudes positivas como negativas al interactuar con otros. Es así como las conductas aprendidas y aplicadas en el entorno donde se desenvuelven los adolescentes, existe la probabilidad que se proyectan de modo asertivo como de modo deficitario, afectando la expresión adecuada de la competencia social.

Bandura (1987) y Caballo (2007) consideran que el problema del déficit en la competencia social en los adolescentes podía revertirse a través de la aplicación de programas que promuevan asertividad social, influyendo en la percepción positiva que tengan de sí mismos, desarrollando su identidad personal y social, logrando atribuirse toma de decisiones adecuadas, mejorando la competencia social. Lo expuesto motivó la decisión de desarrollar el estudio cuyo objetivo fue determinar el efecto del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro, aplicado a estudiantes de secundaria en Lima, con la finalidad de desarrollar las habilidades sociales. La investigación fue experimental, de diseño cuasiexperimental con grupo control, siendo la muestra 104 estudiantes. Evaluándose con la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el programa de entrenamiento en habilidades sociales. Luego de realizado el proceso estadístico, se exponen los hallazgos considerando los objetivos del estudio y la comprobación de las hipótesis planteadas.

La investigación se encuentra dividida en cinco capítulos. En el capítulo I, se analiza la problemática y se trazan los objetivos. En el capítulo II, se define el encuadre teórico. En el capítulo III, se muestra el marco metodológico empleado. En el capítulo IV, se presentan los resultados. Por último, en el capítulo V, se exponen discusiones, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

La adolescencia, etapa en la cual se producen transformaciones físicas, emocionales y sociales en los menores; donde las sociales alcanzan relevancia en la medida que apertura un conjunto de visiones sobre diferentes modelos con los cuales interactúan, los mismos que influyen en la vida de los adolescentes moldeando tanto comportamientos asertivos, como aquellos con déficits afectando el desarrollo de la competencia social (Esteves et al., 2020). Desde la perspectiva instruccional, adolescentes se encuentran en el nivel secundario, donde interactúan con compañeros, docentes, personal en general y autoridades quienes promueven la adquisición de su identidad y de competencias sociales (Betancourth et al., 2017).

Las habilidades sociales sirven para interactuar y actuar en la sociedad (Esteves et al., 2020). Sin embargo, los adolescentes con déficit en la competencia social no podrán entender y controlar comportamientos conllevándolos a manifestaciones impulsivas e irracionales afectando la interacción social en diferentes esferas (Sartori y López, 2016). Por otro lado, Roca (2014) sostiene que la experiencia escolar, es donde se producen situaciones sociales de convivencia y donde se ponen en juego las habilidades sociales como medio de adaptación (Flores et al., 2016).

Respecto a las habilidades sociales, la Organización para la Educación la Ciencia y la Cultura (Unesco, 2018) señaló que las competencias sociales no asertivas en el contexto escolar generan conflictos y actos de violencia. Es así como en Londres 32% de estudiantes han sufrido intimidación, acoso, violencia virtual con insultos y amenazas, lo cual incide en la autoestima, emociones y en la generación de miedo. Por otro lado, BioMed Central, mostró que el déficit en competencia social en adolescentes era expresado en acciones de comunicación virtual agresiva en 7 países europeos, es el caso de Rumania con 37.3%, Grecia con 26.8%, Alemania con

24.3%, Polonia con 21.5%, Países Bajos con 15.5 %, Islandia con 13.5% y España con 13.3% presentando bajo repertorio de habilidades sociales (Athanasίου, 2018).

En España, la prevalencia de 8% de víctimas con edades entre 9 y 16 años, sufrieron de acoso virtual (Garmendia et al., 2016), del mismo modo, se verificó en más de 21000 estudiantes de secundaria, que 9.3% sufrieron violencia mediante las redes sociales y 6.9% fueron considerados víctimas de adolescentes con déficits de comunicación asertiva (Calmaestra et al., 2016). En la región latinoamericana, existía casuística de adolescentes con limitado repertorio de habilidades sociales, un ejemplo de ello es Chile, donde un estudio refirió la existencia de adolescentes que presentaban déficits de habilidades sociales, donde 38% asumieron posturas de agresores, mientras que 45% de las víctimas también presentaban bajo repertorio de competencias sociales (Cid et al., 2008). En Centroamérica, en Costa Rica, se evidenció en una encuesta realizada en 100 familias durante la pandemia, se apreció que 39% de adolescentes presentaban déficits de habilidades sociales, que mediante el empleo del móvil y el internet agredían a los compañeros generando miedo en sus víctimas generándoles problemas emocionales (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021).

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018), reportó que adolescentes entre 12 y 19 años, involucrados en casos de comportamiento antisocial, 71% era reincidente, presentando severos problemas de desajuste psicosocial y déficit de habilidades sociales. Años más tarde, estadísticas proporcionadas por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2020), en el campo de la seguridad ciudadana, indicaron que entre enero a junio del 2020 se reportaron un total de dos mil quinientos setenta y siete menores con edades entre 10 y 13 años, que cometieron diversos delitos.

Por otro lado, el Ministerio de Salud (Minsa, 2016) señaló en un estudio con adolescentes que 31.3% evidenciaban limitado desarrollo de la competencia social. Dos años más tarde, en otro estudio efectuado por el Minsa (2018), señaló el internamiento de menores en los centros de salud a causa de problemas de desajuste del comportamiento, caracterizándose por altos déficits de habilidades sociales en el proceso interactivo social. Desde el marco del contexto educacional, Sánchez (2016) refirió datos de un estudio efectuado por el Ministerio de Educación donde 30% de estudiantes de instituciones educativas del Cercado de Lima, presentaban déficits de habilidades sociales. En cuanto al acoso virtual, desde el año 2020 a enero del año 2022 se reportaron 947 casos de violencia y acoso escolar, indicando la gran escalada de actos de agresividad empleando la tecnología, donde la casuística reportada presentaba déficits en las competencias sociales (Ministerio de Educación, 2022).

En el colegio participante del estudio, los estudiantes manifestaban comportamientos agresivos, actuando sin respeto a las normas, realizando amenazas de manera virtual a los compañeros, generando conflictos entre iguales y con los docentes. Inclusive, manifestaban acciones de falta de respeto al profesor al interrumpir deliberadamente las clases o contestar de manera inadecuada, faltando a las normas de respeto y de convivencia adecuada con los adultos. Además, en un informe elaborado por el departamento de psicopedagogía en el año 2021, señaló que, en el nivel secundario, 25% de estudiantes presentaban problemas de autoestima, inestabilidad emocional a causa del acoso virtual, donde agresores, víctimas y observadores no presentaban adecuadas competencias sociales. Observándose que el grupo de adolescentes lejos de establecer relaciones

adecuadas, evidenciaban comportamientos contrarios, implicando la exposición de un bajo repertorio de competencias sociales.

Al respecto, la investigación respondió a la siguiente interrogante: ¿Cuál es el efecto del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de secundaria en Lima?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

1.2.1. Justificación

Desde la perspectiva teórica, los hallazgos han sido relevantes al contrastarse con teorías y conceptualizaciones acorde a la literatura académica existente en la temática investigada. Metodológicamente, la aplicación de un programa actualizado brindó un conjunto de estrategias para desarrollar habilidades sociales asertivas en los adolescentes tornándose en un pilar funcional y práctico para este grupo. Desde la perspectiva práctica, el programa dirigido a la promoción de competencias sociales adecuadas en los adolescentes demostró efectividad.

Además, se logró proporcionar a la institución educativa un programa de apoyo basado en el fortalecimiento conductual y cognitivo para la superación de la problemática de déficit de habilidades sociales en el contexto escolar proyectándose sus beneficios hacia el contexto familiar y social. Desde la visión social, se logró la implementación de un programa de apoyo al departamento de psicología respecto al servicio de atención de la casuística de menores con problemas de déficit de habilidades sociales.

1.2.2. Importancia

El estudio aportó con la profundización del estudio, proporcionando información sobre la funcionalidad de un programa que promueve el incremento y

fortalecimiento del empleo de las competencias sociales en adolescentes, beneficiando con la incorporación de patrones de comportamiento asertivos.

1.3. Objetivos de la investigación:

1.3.1. *Objetivo general*

- Determinar el efecto del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de secundaria en Lima.

1.3.2. *Objetivos específicos*

1. Describir el nivel de habilidades sociales considerando sus dimensiones en los estudiantes del grupo experimental y control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.
2. Comparar las habilidades sociales básicas entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.
3. Comparar las habilidades sociales avanzadas entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.
4. Comparar las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.
5. Comparar las habilidades alternativas a la agresión entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

6. Comparar las habilidades sociales de planificación entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.
7. Comparar las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

1.4. Limitaciones de la investigación

Una de ellas fue la limitada información actualizada de estudios antecedentes nacionales e internacionales relacionados con estudios experimentales que promuevan las competencias sociales en adolescentes; sin embargo, se pudo lograr obtener revisando el portal de revistas indexadas y repositorios universitarios de estudios similares cuyos resultados sirvieron como referencia. En cuanto al trabajo de campo, existió limitación en la administración de los instrumentos a nivel de pretest y post test vía online a través del correo electrónico, ya que al presentar los estudiantes limitaciones de conectividad a la plataforma se tomó la decisión de proporcionar el enlace a los docentes tutores enviando la información vía WhatsApp, mediante el cual los estudiantes tuvieron la oportunidad de responder al instrumento en los momentos pretest y posttest. Finalmente, una limitación es que los hallazgos serán generalizados a contextos de estudiantes de educación privada con características sociodemográficas similares a las de los participantes de la actual investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudios

2.1.1. Antecedentes nacionales

Rodríguez (2020) en Lima, trabajó con 65 pacientes, bajo un diseño cuasiexperimental, con el propósito de validar un programa de competencias sociales psicosociales, siendo la aplicación mediante el programa de habilidades psicosociales. Concluyendo que el programa fue efectivo ($Z = -2.398$; $p = 0.000$, $p \leq 0.05$).

García (2018) en Lima, desarrollo el estudio para validar un programa de competencias sociales. Bajo un diseño cuasiexperimental de un solo grupo conformado por 30 pacientes. La medición fue con la prueba de interacción social. Los resultados mostraron que el programa desarrolló conductas socializadoras facilitadoras ($Z = -4.625$; $p = 0.000$, $p \leq 0.05$) asimismo con conductas socializadoras inhibitoras ($Z = -4.255$; $p = 0.000$, $p \leq 0.05$). El estudio concluyó la efectividad del programa en pacientes con trastorno depresivo.

Torres (2018) en Lima, buscó validar un programa de expresión social, en escolares. El estudio fue experimental, participando 60 estudiantes. Se aplicó con el programa de expresión social. Concluyendo la validación del programa al incrementar las competencias sociales ($p < 0.001$).

Cano (2017) en Lima, validó el programa de conductas asertivas en estudiantes. El estudio fue experimental con un solo grupo participando 40 estudiantes. Se aplicó el programa de entrenamiento social. Se concluyó que el entrenamiento desarrollo competencias sociales (U Mann Whitney, $Z = -5.688$ Sig. = $0.000 < 0.01$).

Gálvez (2017) en Lima, estudio la efectividad del entrenamiento en competencias sociales en estudiantes. La investigación se realizó bajo el diseño

cuasiexperimental con grupo control, participando 47 estudiantes. Se aplicó con el Programa de entrenamiento social. El estudio comprobó la validez del programa en la posprueba ($0.000 < 0.05$).

2.1.2. Antecedentes internacionales

Betancur (2020) en Colombia, realizó el estudio cuyo fin fue la enseñanza de habilidades sociales en contextos deportivos para jóvenes pertenecientes al fútbol base, para así crear relaciones eficaces y satisfactorias en procesos de comunicación interpersonal. El estudio fue experimental con un solo grupo participando 45 jóvenes. Los instrumentos fueron la ficha de observación de conductas agresivas, pasivas y asertivas y el programa del rol del jugador en ambientes de comunicación interpersonal administrando conductas asertivas desde lo cognitivo, perceptivo y motor. Enseñándoles conductas asertivas. Los resultados evidenciaron al concluir el programa, el aumento de asertividad ($t = -9.175$) disminución de agresividad ($t = 3.849$) y de conductas pasivas ($t = 7.786$) todas ellas significativas ($p = 0.000 < .01$). El estudio concluyó que los sujetos se apropiaron de comportamientos positivos al momento de intervenir desde lo cognitivo y comunicacional en ambientes sociales.

Ahumada y Orozco (2019) en Colombia, efecto del entrenamiento social en favor de la convivencia escolar. El estudio fue experimental, participando 60 estudiantes. La medición se efectuó con la escala de AERCON y el programa de entrenamiento social. Los hallazgos mostraron que se pudo observar a nivel posttest diferencia de medias ($t = 14.28$; sig. = $0.000 < 0.01$). El estudio concluyó el fortalece la convivencia escolar a causa del entrenamiento.

Rivera et al. (2019) en Colombia, aplicaron un programa de competencias sociales. Metodológicamente fue experimental con un solo grupo, participando 25 estudiantes. Se evaluó con el programa de entrenamiento en habilidades sociales. El

estudio concluyó que el entrenamiento genera que los estudiantes sean emocional y socialmente sean competentes ($W = 16.7432$; sig. = $0.000 < 0.01$) a favor del posttest (promedio pretest de 12.05 y 18.45 para post test).

Hoyos y Sinning (2019) en Colombia, estudiaron la eficacia del entrenamiento en competencias sociales. El estudio fue experimental y diseño cuasiexperimental con un solo grupo, participando 33 estudiantes. Se evaluó con el plan de entrenamiento social. Los resultados del pretest identificaron que 80% presentaban déficits de habilidades sociales. Después el estudio demostró el aumento de las habilidades sociales en 85% de ellos. La investigación concluyó que el entrenamiento contribuyó al desarrollo de estas ($W = 14.763$; sig. = $0.000 < 0.01$).

Santamaría (2019) en Quito, buscó validar el efecto del entrenamiento en arteterapia para desarrollar habilidades sociales. El estudio fue experimental, de diseño cuasiexperimental, con un solo grupo participando 15 menores. Se aplicó el programa de arteterapia. El estudio demostró el efecto de la arteterapia en las conductas sociales para asumir un comportamiento asertivo ($W = 19.446$; sig. = $0.000 < 0.01$).

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Programa de entrenamiento juventud presente y futuro

Definición del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

La investigadora Monjas (2007) considera que es un conjunto de actividades funcionales sustentado teóricamente y contrastados en la práctica cuya finalidad es enseñar estrategias de mejoramiento de competencias sociales. Por su parte, Caballo (2007) la define como un proceso de entrenamiento de conductas sociales con la finalidad de incrementar repertorios de comportamientos interpersonales y competencias sociales ante diferentes situaciones de la vida. Mientras que, Pades

(2003) refiere que es el conjunto de pasos sistematizados para la enseñanza de estrategias en habilidades sociales. Desde su perspectiva, Chávez (2018) señala que es la sistematicidad de procesos para la enseñanza de técnicas y estrategias de desarrollo de habilidades sociales. Bajo el lineamiento del enfoque psicosocial, Escobar (2017) indica que es el conjunto de componentes organizados y estructurados con la finalidad de promover un cambio y la modificación de situaciones de déficit de habilidades sociales. El presente estudio trabajó con lo conceptualizado por Caballo (2007).

Fundamento teórico del programa de entrenamiento en habilidades sociales.

El modelo teórico base del programa de entrenamiento en habilidades sociales se centra en la teoría social cognitiva. Este autor considera los conceptos funcionales del condicionamiento clásico y operante, pese a la oposición por la explicación estímulo respuesta del comportamiento que la escuela conductista sostenía. Para ello sostuvo que las competencias sociales se aprendían observándolas, conjugándose con los modelos contextuales, los procesos mediadores cognitivos existentes y la respuesta, saliendo de la explicación conductista clásica. Para ello planteó que el aprendizaje se daba por experiencia directa, de manera personal o a través de las señales tecnológicas (Bandura y Walters, 2002).

Esta teoría es el puente entre el conductismo y el enfoque cognitivo. Al respecto, Bandura (1978) sostenía que los seres humanos, no solo eran manifestaciones conductuales, por el contrario, sostenía que eran procesadores activos de información, donde si bien el aprendizaje observacional era el resultado de aprendizaje de comportamientos, los factores cognitivos son los mediadores del aprendizaje, estableciendo la asociación entre conducta y sus consecuencias. Cada

comportamiento producto del aprendizaje observacional no podría ocurrir sin la acción de la cognición. Ello se produce en la medida que dichos factores intervienen en cada proceso de aprendizaje de cada nueva respuesta, explicando este proceso que la respuesta no es automática. En tal sentido, la imitación de un modelo no es automática, existe un pensamiento que determina la probabilidad de ocurrencia de la respuesta (Bandura y Walters, 2002). Bajo este enfoque es que se explica cómo se aprenden las conductas sociales.

Caballo (2007, como se citó en Tantalean, 2019) señala que, en el análisis funcional de la conducta vinculada a las habilidades sociales, intervienen estados fisiológicos, emociones, pensamientos, ambiente. Donde el entrenamiento social es una herramienta de enseñanza como de evaluación permanente, donde los elementos empleados obedecen a procedimientos sistemáticos y sistematizados que favorecen el desarrollo de conductas sociales (Caballo, 2007).

Componentes del aprendizaje social aplicado al entrenamiento social.

Entre los componentes del aprendizaje social aplicado al entrenamiento de destrezas sociales se tienen los siguientes: el primero es el aprendizaje observacional donde el autor identifica tres modelos básicos, un modelo de exposición directa, mediante la acción manifiesta de un comportamiento; un modelo de instrucción verbal, vinculado a detalles verbales de un comportamiento determinado; y un modelo simbólico, el cual es manifestado por personales reales o ficticios mostrados en los medios tecnológicos (Bandura y Walters, 2002). El segundo componente está compuesto por los estados mentales, donde la motivación asume un rol activo que media en la determinación para el aprendizaje o no de determinado comportamiento (Bandura y Walters, 2002).

A ello se suma la eficacia de un refuerzo, explicando que no necesariamente los externos o medioambientales van a ser eficaces, por el contrario, sustenta que los intrínsecos asumen una posición activa, de mayor relevancia y de recompensa interna, enfatizados en la manifestación de pensamientos y cogniciones como mediadores explicativos de la cognición social (Bandura, 1997). El tercer componente, es que el cambio en el comportamiento no necesariamente se da de inmediato se haya aprendido una conducta. Es así que la gente puede aprender nueva información y no manifestarla de modo inmediata (Bandura, 1987).

Un cuarto componente son los procesos mediadores, considerando entre ellos la atención, donde el proceso se va a generar por el interés que despierte el modelo comportamental a aprender, siendo más probable que se aprenda por la atención que el sujeto dedique al modelo (Bandura, 1987). Un segundo proceso es la retención, vinculado al almacenaje de información, la cual puede verse afectada por factores distractivos diversos, provocando que el aprendizaje no se dé. Como tercer proceso es la reproducción, donde al haber atención y retención de la información existe mayor se aprende por observación a causa de la práctica frecuente conduce al fortalecimiento y mejora de la habilidad (Bandura y Walters, 2002)

El quinto modelo es la motivación, para el éxito del aprendizaje la motivación permite que la imitación del comportamiento modelado sea efectiva. Donde el refuerzo sea externo como interno, tanto positivo o negativo, asume el rol de mantenimiento de la motivación, lo cual puede resultar altamente eficaz y apoyar el aprendizaje de conductas sociales de manera asertiva (Bandura, 1997).

Fundamento del modelo de Caballo para el entrenamiento de habilidades sociales.

El fundamento de la necesidad de la elaboración y aplicación de un modelo de entrenamiento de conductas sociales asertivas, se basa en aquellas estipulaciones sustentadas en el déficit o mejora de estas, siendo ellas las siguientes: la primera es vínculos interpersonales, entendidos como aquellos que son necesarios para el correcto desenvolvimiento de los adolescentes en el contexto social cuya alteración ocasiona actitudes negativas y comportamientos no asertivos, que al pasar por el proceso de entrenamiento, es posible apreciar el desarrollo de la competencia adecuada; un segundo aspecto es el déficit de competencia social, entendido como la ausencia de equilibrio en las relaciones interpersonales, pudiendo ocasionar problemas de salud mental, donde el entrenamiento surge como componente de equilibrio (Caballo, 1998).

El tercero es la falta de estrategias interpersonales, entendidas como el empleo ineficaz de estrategias en la comunicación interpersonal, generando comportamientos disfuncionales o no asertivos, las cuales mediante una enseñanza adecuada es posible apreciar el incremento de repertorios conductuales sociales de modo favorable; el cuarto, se vincula al desarrollo de la competencia social, implicando que un aprendizaje adecuado de la competencia social, incide directamente en el desarrollo óptimo de la esfera psicológica y salud mental (Caballo, 1998). La importancia del entrenamiento radica en el interés de modificar los déficits de comportamiento social, esencialmente en la búsqueda del incremento del comportamiento asertivo adaptativo y social (Caballo e Irurtia, 2008).

Procedimiento en la elaboración de un programa de entrenamiento.

Escobar (2017) señala que existen cinco pasos para la elaboración de un programa de entrenamiento, siendo el primero la evaluación de la problemática de la comunidad estudiada. En el caso de las habilidades sociales es necesario saber las áreas comportamentales de déficits en competencia social que los adolescentes tienen en su repertorio conductual (Caballo, 2007). Segundo, es el planteamiento de objetivos, es donde se plantea las metas del programa. En el caso de las competencias sociales, se plantean acorde al diagnóstico comportamental del grupo de escolares en habilidades sociales y de manera objetiva, medible, realista, pertinente y claro establecer los objetivos y metas del programa de entrenamiento considerando los comportamientos meta (Caballo, 2007).

Tercero es la metodología, para ello se considera el repertorio conductual social que sirve de línea base. Con el cual se programará comportamientos que se desea instaurar, incrementar o decrementar. En base a ello, se asume la forma cómo el programa de entrenamiento organizará el contenido, la programación de sesiones, el tiempo de estas, las 5 estrategias de aprendizaje de competencias sociales. Asimismo, la modalidad de trabajo (individual y/o grupal) (Caballo, 2007).

El cuarto paso es el desarrollo y ejecución del programa de entrenamiento, donde el rol fundamental es del entrenador o entrenadora que aplicará el programa de entrenamiento considerando la parte pedagógica-didáctica y administrativa (Caballo, 2007). Y el quinto paso es la evaluación del efecto del programa a través de la medición de los avances en el incremento de conductas asertivas y decremento de las conductas negativas (Caballo, 2007).

Dimensiones del programa de entrenamiento en habilidades sociales basado en Caballo.

Las dimensiones del programa de entrenamiento están tipificadas en función a la teoría del aprendizaje social, Caballo (2007) señala las siguientes:

a) Instrucción:

Es la explicación de la habilidad a enseñar, identificándose los componentes conductuales (Caballo, 2007).

b) Modelado:

Es la exposición de acciones socialmente competentes que modelan las competencias a aprender (Caballo, 2007).

c) Juego de roles o ensayo conductual:

Es el proceso de ensayar y practicar las conductas expuestas (Caballo, 2007).

d) Retroalimentación:

Es el proceso de proporcionar detalles de las conductas realizadas a través del ensayo (Caballo, 2007).

e) Reforzamiento:

Es el proceso aplicación de refuerzo contingente ante la conducta social bien realizada (Caballo, 2007).

f) Transferencia de la conducta social:

Es aplicar en contextos diferentes al escolar las competencias sociales aprendidas (Caballo, 2007).

2.2.2. Habilidades sociales

Definición de habilidades sociales.

Son definidas como el conjunto de conductas emitidas vinculadas a patrones de comportamiento pertenecientes a un contexto de relaciones interpersonales

expresando emociones, actitudes y pensamientos de modo asertivo (Caballo, 2007). Mientras que, Monjas (2010) indicó que es una capacidad necesaria mediante la cual es posible mantener relaciones sociales, interactuando de manera efectiva y agradable.

Por otro lado, se definen como aquellas destrezas sociales adquiridas y aprendidas que aplicadas de manera competente permiten la realización de relaciones interpersonales adecuadas (Serrano y Peñafiel, 2010). Por otro lado, se señala que son conductas manifiestas en las relaciones interpersonales, poniendo en juego emociones, derechos y tranquilidad, ejecutándose de manera respetuosa, siendo útil, efectiva y agradable en el momento de relacionarse con los demás (Gismero, 2010).

Desde otra visión, Roca (2014) define que son comportamientos donde se involucran emociones y pensamientos que ayudan a interactuar a las personas en la sociedad. Desde la perspectiva del aprendizaje social, Goldstein (1989) considera que son un conjunto de capacidades, aptitudes específicas y habilidades vinculadas entre sí, las cuales son aplicadas y ejecutadas en diferentes situaciones sociales en el proceso de relaciones interpersonales. Es bajo el concepto de Goldstein que el estudio trabajó.

Modelos teórico-explicativos de las habilidades sociales.

Son los siguientes.

Modelo de los roles sociales.

Hidalgo y Abarca (2009) señalan que este modelo sustenta que las destrezas sociales se tornan en el medio para captar y aceptar el rol de los otros. Lo cual implica que las personas respondan ante elementos sociales específicos y generales de manera particular satisfaciendo expectativas del propio rol y el de los otros.

Modelo de habilidades sociales de Gismoero.

Gismoero (2010) hace referencia a que es un proceso interactivo de relaciones interpersonales ponen en juego un conjunto de componentes, siendo el cognitivo, que aduce a la forma de percepción de cada relación interactiva con el otro, un componente conductual, siendo la conducta que emite el sujeto en determinada situación social, y el componente situacional, implica las diferentes situaciones que se suscitan socialmente que pueden generar habilidades sociales adecuadas o inadecuadas en determinado sujeto.

Modelo de aprendizaje social de Bandura.

Bandura (1987) explicó la forma de comprender el comportamiento social. Este autor sostenía que el aprendizaje por imitación no se producía por reforzamiento contingente, sino que los mediadores cognitivos y los reforzadores internos como externos establecían la decisión de actuar y poner o no en práctica el comportamiento modelado suponiendo que puede obtener el resultado deseado. Inclusive señaló que la autoeficacia como creencia acerca de la posibilidad de actuar es la base del funcionamiento de las expectativas de la autoeficacia. Demostrando que la conducta puede ser controlada por la propia persona mediante metas autoimpuestas por autorreforzamiento. Ello implicaba que el funcionamiento psicológico al momento de interactuar socialmente con los demás, se ponía en juego determinantes personales y ambientales (Bandura, 1987).

Sobre lo expuesto, las competencias son aprendidas socialmente (Kelly, 1987). Bandura (1978) argumentó que la vinculación entre ambiente, persona y conducta, donde la variable cognición resulta ser relevante en el comportamiento humano. Respecto a las cogniciones, Bandura (1987) afirmó que estas están relacionadas a las concepciones que la persona tiene de sí mismo y de la situación

ambiental. Las cogniciones se dan por medio de cuatro procesos, siendo el primero la experiencia directa, experiencia vicaria, los juicios manifestados por los demás y las deducciones. Por otro lado, se explica que la inhabilidad social, bien es por déficit o por interferencia o déficit de ejecución (Lorenzo y Reyes, 2011).

Modelo de la interacción social de Vygotsky.

Vygotsky, considera la vinculación entre cultura y cognición, donde la socialización es el proceso relevante para el desarrollo psicosocial de la persona. Es a través de la interactividad con el medio social que promueve el aprendizaje de la solución de problemas, mejorando la habilidad resolutive. La socialización de los modelos como sociedad, padres, docentes, compañeros, etc., resultan ser mediadores que favorecen la autonomía e independencia en las personas (Vygotsky, 1988).

Dimensiones de las habilidades sociales.

Son 6.

Habilidades sociales básicas: Son aquellas que permiten el contacto e inicio de la interacción comunicativa. En ellas se enumera la escucha activa, dar inicio y lograr satisfactoriamente mantener la conversación, realizar preguntas, expresar agradecimiento, hacer una presentación correcta y manifestar cumplidos (Goldstein, 1989).

Habilidades sociales avanzadas: Son aquellas que permiten al individuo interactuar adecuadamente. En este caso, solicitar ayuda cuando lo requiere, ser participativo en diversas circunstancias, emitir o seguir instrucciones cuando y como es debido, pedir disculpas en el momento necesario, exponer sus ideas (Goldstein, 1989).

Habilidades relacionadas con los sentimientos: son las que desarrollan la inteligencia inter e intrapersonal. Como es conocer los propios sentimientos y poder expresarlos con propiedad, así también conocer el de los demás, lograr enfrentar y resolver las situaciones ante el enfado de otros, reconocer y manejar los miedos, saber y realizar la auto motivación y auto recompensa (Goldstein, 1989).

Habilidades alternativas a la agresión: son las que ejercen control y dominio de nuestras emociones, así como ser empático con quienes transitan por momentos de molestia y enfado. Lo cual se manifiesta en ayudar a otros y lograr negociar aún en circunstancias adversas, defender con firmeza nuestros derechos, evitar o responder bromas sin que nos afecte, evitar riñas, peleas y problemas con quienes nos rodean (Goldstein, 1989).

Habilidades de planificación: Son aquellas que permiten lograr metas, cumplir con objetivos, solucionar problemas y tomar decisiones. Como es el caso de buscar información y analizar en cuanto el origen de un problema, concentrarnos en las labores, tomar decisiones y resolver de acuerdo con la relevancia del problema, reconocer nuestras habilidades para usarlas adecuadamente (Goldstein, 1989).

Habilidades para hacer frente al estrés: estas permiten desarrollar mecanismos para enfrentar aquellas situaciones de presión o crisis. Como afrontar la vergüenza y/o fracaso, dar respuesta a quejas o acusaciones, salir adelante cuando nos quedemos solos, defender a un compañero o amigo y hacer frente a la presión del entorno, etc. (Goldstein, 1989).

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

2.3.1. Habilidades sociales básicas

Estas mantienen el contacto e inicio de la interacción comunicativa (Goldstein, 1989).

2.3.2. Habilidades sociales avanzadas

Estas ayudan al individuo interactuar adecuadamente (Goldstein, 1989).

2.3.3. Habilidades relacionadas con los sentimientos

Estas desarrollan la inteligencia inter e intrapersonal (Goldstein, 1989).

2.3.4. Habilidades alternativas a la agresión

Son las que ejercen auto control y dominio de las emociones, así como ser empático con quienes transitan por momentos de molestia y enfado (Goldstein, 1989).

2.3.5. Habilidades de planificación

Desarrollan lograr metas, cumplir con objetivos, solucionar problemas y decidir (Goldstein, 1989).

2.3.6. Habilidades para hacer frente al estrés

Estas desarrollan mecanismos para enfrentar aquellas situaciones de presión o crisis (Goldstein, 1989).

2.3.7. Habilidades sociales

Son el conjunto de habilidades básicas y avanzadas aplicadas de manera interpersonal en contextos sociales (Goldstein, 1989).

2.3.8. Programa de entrenamiento en habilidades sociales

Son un conjunto de estrategias que sirven para incrementar repertorios de comportamientos interpersonales y competencias sociales ante diferentes situaciones de la vida (Caballo, 2007).

2.3.9. Instrucción

Es el proceso de enseñanza de habilidades y competencias sociales a ser aplicadas en la propia vida (Caballo, 2007).

2.3.10. Modelado

Es enseñar modelos de habilidades de comportamiento social (Caballo, 2007).

2.3.11. Juego de roles o ensayo conductual

Es la práctica de los modelos de habilidades de conducta social enseñados a fin de interiorizarlas (Caballo, 2007).

2.3.12. Retroalimentación

Es el proceso de aporte de información luego e inmediatamente de concluir las conductas sociales ensayadas (Caballo, 2007).

2.3.13. Reforzamiento

Es el proceso de refuerzo contingente luego del ensayo de conductas sociales enseñadas y modeladas (Caballo, 2007).

2.3.14. Transferencia de la conducta social

Es la práctica de las habilidades de competencias sociales aprendidas fuera de medio escolar y supervisadas por la instructora.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo

Fue tipo experimental, entendida por Sánchez et al. (2018), como aquella investigación que, en su desarrollo y aplicación, busca administrar variables manifestando la utilización de estas en cuanto a situaciones observadas. Ello implica en el presente estudio, que el Programa Juventud Presente y Futuro y habilidades sociales, mediante el trabajo científico y contextualizado realizado con estudiantes de secundaria, contribuyó en proporcionar información teórico práctica en esta línea de investigación, basada en la comprobación de que el entrenamiento incrementó las competencias sociales.

3.1.2. Diseño

Fue cuasiexperimental, según Sánchez et al. (2018) son aplicados a grupos controlados por manipulando variables experimentales, las cuales son observadas indirectamente a través de la administración de una escala. Además, permite comparar grupos, sabiendo que estos inician en las mismas condiciones. El diseño es el siguiente:

GE: $O_1 \times O_2$

GC: $O_3 \quad O_4$

En donde:

GE: Grupo experimental.

GC: Grupo control.

O_1 : Pretest grupo experimental aplicando la escala de habilidades sociales.

O_2 : Postest grupo experimenta aplicando la escala de habilidades sociales.

O_3 : Pretest grupo control aplicando la escala de habilidades sociales.

O_4 : Postest grupo control aplicando la escala de habilidades sociales.

X: Es la utilización de la variable independiente (Programa Juventud Presente y Futuro).

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

Sánchez et al. (2018), son el total de elementos con características comunes. La población que intervino en la investigación estuvo conformada por 104 adolescentes, desde el primer a quinto año de estudios, distribuidos en dos grupos. El primero pertenecía al colegio de Chorrillos (52 estudiantes) y el segundo grupo estuvo conformado por 52 alumnos inscritos en el colegio de San Juan de Lurigancho.

Tabla 1

Distribución de la población

Grado escolar	Estudiantes	
	Chorrillos	San Juan de Lurigancho
Primer año	11	11
Segundo año	11	14
Tercer año	11	8
Cuarto año	11	7
Quinto año	8	12
Total	104	

Nota: número de estudiantes matriculados. Dirección de las instituciones educativas privadas – nómina de matrícula - 2021.

3.2.2. Muestra

Sánchez et al. (2018) son sujetos extraídos de la población empleando determinado sistema de muestreo. La muestra se obtuvo empleando la técnica de muestreo no probabilístico, el cual es entendido como aquel donde todos los elementos tienen la misma posibilidad de participar en la investigación (Cabezas et al., 2018). Sin embargo, considerando que el trabajo es experimental, y con la finalidad de depurar la muestra se empleó la técnica de muestreo intencionada

definida por Kerlinger y Lee (2002) como la técnica que emplea criterios para seleccionar una muestra. En el caso del estudio se emplearon criterio de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión:

- Matriculados en el año 2021.
- Con edades de 12 a 17 años.
- Que deseen participar voluntariamente en el estudio.
- Asistente a las evaluaciones.
- Estudiantes que posean un dispositivo y conexión fija de internet para todas las sesiones.

Criterios de exclusión:

- No asistentes a las evaluaciones de entrada o salida.
- Menores y/o mayores a las edades establecidas.
- No participar voluntariamente en el estudio.
- No poseer un dispositivo o conexión fija de internet para todas las sesiones.
- Estudiantes con más de cinco inasistencias al programa.
- No cumplir con cinco trabajos.

Posterior a la aplicación de los criterios de exclusión, la muestra estuvo conformada por 104 estudiantes 52 al grupo experimental y 52 al grupo control.

Tabla 2*Distribución de la muestra con los participantes en el estudio*

Grado escolar	Estudiantes	
	Grupo experimental Chorrillos	Grupo control San Juan de Lurigancho
Primer año	11	11
Segundo año	11	14
Tercer año	11	8
Cuarto año	11	7
Quinto año	8	12
Total	104	

Nota: Número de estudiantes participantes en la muestra.

3.3. Hipótesis

3.3.1. Hipótesis general

H_g: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

H₀: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

3.3.2. Hipótesis específicas

H_{e1}: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales básicas entre los estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales básicas entre los estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He2: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales avanzadas entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales avanzadas entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He3: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He4: Existe diferencia significativa en las habilidades alternativas de la agresión entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades alternativas de la agresión entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He5: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales de planificación entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales de planificación entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He6: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

3.4. Variables - Operacionalización

Tabla 3

Operacionalización de la variable programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro

Variable Independiente	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Sesiones	Programa
Programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro	Son un conjunto de estrategias que sirven para incrementar repertorios de comportamientos interpersonales y competencias sociales ante diferentes situaciones de la vida (Caballo, 2007).	Instrucción	Es la enseñanza de habilidades de competencia social.	1 h. 15 min. 24 sesiones	Juventud, Presente y Futuro para desarrollar habilidades sociales
		Modelado	Es mostrar un modelo de habilidades y competencias sociales.		
		Ensayo de conducta y/o juego de roles	Simular momentos o situaciones de la vida real para aprender a expresar modificar modos de respuestas.		
		Retroalimentación	Proporcionar información esencial al estudiante para el desarrollo y mejora de la habilidad.		
		Reforzamiento	Es la acción de estimular las habilidades y competencias sociales aprendidas.		
		Transferencia	Aplicar los conocimientos y experiencias aprendidos, en la vida, llevando a cabo las nuevas conductas para mejorar o modificar respuestas.		

Tabla 4*Operacionalización de la variable habilidades sociales*

Variable dependiente	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Habilidades sociales	Son el conjunto de habilidades básicas y avanzadas aplicadas de manera interpersonal en contextos sociales (Goldstein, 1989)	Es la medición de las 6 dimensiones de competencias sociales de Goldstein teniendo en cuenta puntuaciones, rangos y niveles.	1. Habilidades básicas	Escuchar, Empezar a conversar, dar las gracias.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Ordinal
			2. Habilidades avanzadas	Pedir ayuda, Participar, Disculparse	9, 10, 11, 12, 13, 14	
			3. Habilidades relacionadas a los sentimientos	Expresar efecto, Autorrecompensarse, Expresar sentimientos	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	
			4. Habilidades alternativas a la agresión.	Pedir permiso, Negociar, Autocontrol, Ayudar a otros	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	
			5. Habilidades para hacer frente al estrés.	Formular una queja, Responde a una acusación	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42	
			6. Habilidades de planificación	Tomar decisiones, Tener iniciativa, Obtener información	43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	

3.5. Métodos y técnicas de investigación

Para este estudio fue empleado el método hipotético – deductivo, definido por Sánchez et al. (2018) como aquel método donde se plantean hipótesis de trabajo las cuales al ser comprobadas conllevan a deducciones acerca de la realidad estudiada. En cuanto a la técnica de investigación, Sánchez et al. (2018), señalan que es la etapa de investigación por medio del cual se recolectan datos del estudio, aplicando instrumentos específicos. La técnica empleada para la comprobación del efecto del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro fue la experimentación de pasos y procesos para verificar la validez de un programa (Cabezas et al., 2018). Para evaluar las competencias sociales la técnica fue la encuesta, definida como recolectar datos mediante instrumentos (Sánchez et al., 2018). Por otro lado, los instrumentos utilizados fueron los siguientes.

3.5.1. Programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro

Ficha técnica.

Nombre : Programa de entrenamiento en habilidades sociales
“Juventud presente y futuro”.

Autora/ año : Villena Chumbiauca, Gaby Carmen Ivette (2021).

Administración : Grupal.

Tiempo de aplicación: Aproximadamente 1 hora y 15 minutos por sesión.

Objetivo del programa:

Lograr, mediante técnicas y procedimientos, desarrollar competencias sociales bajo el modelo de Goldstein, las cuales permitirán que el adolescente adquiera capacidades y fortalezas personales que afianzarán aspectos inter e intrapersonal; herramientas clave para el éxito, bienestar y realización en los ámbitos personal, familiar, social y educativo.

Dirigido a : Adolescentes de 12 a 17 años.

Nº de sesiones : 24

Descripción del instrumento.

El programa está estructurado por 24 sesiones las cuales desarrollaran los temas vinculados al modelo de Goldstein. Considerando las estrategias de Caballo (2007).

Sumilla

El programa desarrolla y enseña competencias sociales de manera teórica y práctica bajo pasos sistematizados.

Objetivos

Objetivo general:

Desarrollar la competencia social, para mejorar déficits de habilidades sociales.

Objetivos específicos:

Desarrollar la sesión de primeras habilidades básicas.

Desarrollar la sesión de habilidades sociales avanzadas.

Desarrollar la sesión de habilidades sociales relacionadas a los sentimientos.

Desarrollar la sesión de habilidades alternativas a la agresión.

Desarrollar la sesión de habilidades para hacer frente al estrés.

Desarrollar la sesión de habilidades de planificación.

Tabla 5*Momentos de Enseñanza Aprendizaje*

Momentos	Actividad	Recursos	Tiempo
Entrada	Juegos y dinámicas	Plataforma virtual,	20
	Conocimientos previos	Computadoras, Tarjetas léxicas,	minutos
Desarrollo	Contenidos de cada sesión	Ilustraciones,	40
		Separatas en PDF, multimedia,	minutos
Salida	Metacognición	Música,	10
	Qué aprendí, cómo lo aprendí, Para qué me sirve lo que aprendí, cómo me sentí en el desarrollo de esta actividad.	Organizador visual.	minutos

Nota: Elaboración propia.

Orientaciones metodológicas

Se empleó el método deductivo, inductivo, dialectico y sistémico. Empleando técnicas y estrategias de confrontación de ideas, dialogo, debate, ejercicios, trabajo cooperativo y prácticas de aprendizaje.

Evaluación

Se realizó una medición de entrada y otra de salida.

3.5.2. Lista de Chequeos de Habilidades Sociales

Ficha técnica.

Nombre : Lista de Chequeo de Habilidades Sociales

Autora / año : Goldstein, Arnold (1989)

Origen : Estados Unidos

Adaptación en Perú: Tomás Rojas, Ambrosio (1995)

Objetivo : Conocer las capacidades y deficiencias que el individuo tiene en sus habilidades sociales.

Administración : Individual y grupal

Tiempo de aplicación: 30 minutos aproximadamente

Dirigido a : Adolescentes de 12 a más años

Nº de ítems : 50

Descripción del instrumento.

Compuesto por 50 ítems distribuidos en y estructurado en seis dimensiones. La primera dimensión es habilidades sociales básicas compuesto por los ítems 1 al 8; habilidades sociales avanzadas conformada por los ítems del 9 al 14; habilidades sociales relacionadas con los sentimientos siendo los ítems del 15 al 21; las habilidades alternativas a la agresión sus ítems son del 22 al 30; las habilidades para hacer frente al estrés, conformada por los ítems 31 al 42 y las habilidades sociales de planificación compuesta por los ítems del 43 al 50.

Calificación e interpretación.

Es una escala tipo Likert la cual se califica considerando las siguientes gradientes y puntuaciones: nunca = 1; muy pocas veces = 2; alguna vez = 3; a menudo = 4; y siempre = 5. La calificación se realiza teniendo en cuenta el puntaje por cada alternativa respondida entre nunca hasta siempre. La puntuación mínima en la escala total es de 50 y la máxima de 250. Para el caso de las dimensiones es la siguiente: habilidades sociales básicas puntuación mínima 8 y máxima 40; habilidades sociales avanzadas puntuación mínima 6 y máxima 30; habilidades sociales relacionadas con los sentimientos puntuación mínima 7 y máxima 35; las habilidades alternativas a la agresión puntuación mínima 9 y máxima 45; las habilidades para hacer frente al estrés, puntuación mínima 12 y máxima 60 y las habilidades sociales de planificación, puntuación mínima 8 y máxima 40.

Estableciéndose el siguiente baremo para la escala total.

Tabla 6*Baremo para la escala total de las habilidades sociales*

Niveles	Rangos
Alto	188 – 250
Medio	118 – 187
Bajo	50 – 117

Nota: Goldstein (1989, p 56).

Para efecto de las dimensiones de la escala se estableció el siguiente baremo elaborado mediante la amplitud de los valores máximos y mínimos obtenidos en la muestra (Sánchez et al., 2018), considerando que la tabla de eneatis de Ambrosio eran del año 1995, lo cual no tipificaba a la muestra.

Tabla 7*Baremo de las dimensiones de las habilidades sociales*

Nivel	Habilidades sociales					
	Habilidades básicas	Habilidades avanzadas	Habilidades sentimientos	Habilidades alter. agresión	Habilidades frente estrés	Habilidades planificación
Alto	21 – 40	22 – 30	26 – 35	33 – 45	44 – 60	21 – 40
Medio	18 – 28	14 – 21	16 – 25	20 – 32	27 – 43	18 – 28
Bajo	8 - 17	6 - 13	7 – 15	9 – 19	12 – 26	8 – 17

Nota: Elaboración propia

Propiedades psicométricas

Goldstein (1989) para este instrumento utilizó una muestra que estuvo conformada por 890 adolescentes que van de los 12 a 17 años. Obtuvo validez de constructo, siendo la esfericidad de Bartlett = 5913655; $p < 0.0001$ y en Kaiser- Meyer- Olkin = 0.777. En el test-retest, obtuvo un valor $r = 0.6137$ y $t = 3.011$; $p < .01$. La consistencia interna fue $\alpha = 0.924$ demostrando su alta consistencia interna. En Perú,

Tomás (1995) obtuvo validez de constructo ítem test total ($p < .05, .01, .001$). Asimismo, obtuvo la confiabilidad obteniendo un alfa de Cronbach = .940 teniendo la lista total alta consistencia interna.

3.6. Procesamiento de los datos

El proceso del estudio se inició con la presentación de la solicitud a secretaría de los colegios de ambos distritos vía virtual, concertándose la cita donde la investigadora pudo exponer el objetivo del estudio. Luego de ello, fue factible conseguir la autorización de ambas instituciones educativas para realizar el trabajo de campo consistente en evaluar a los estudiantes y la aplicación del programa experimental a la institución educativa privada de Chorrillos. Previo al inicio del proceso, se realizaron reuniones virtuales con los estudiantes a fin de solicitar el asentimiento informado, detallándose además que los datos obtenidos, se manejarían con la reserva y confidencialidad, dentro del cumplimiento de la ética, quienes finalmente brindaron el asentimiento respectivo.

La institución proporcionó el apoyo para las coordinaciones con los tutores de cada grado escolar quienes accedieron a brindar el tiempo requerido para administrar ambos instrumentos en el colegio de Chorrillos, designándose día, fecha y hora para efectuar la evaluación de entrada, mediante la plataforma de la institución educativa; de la misma forma se coordinó con los tutores del colegio de San Juan de Lurigancho para realizar el pre y postest. Realizado el proceso completo, se calificó y organizó la base de datos exportándolo al Excel para posteriormente efectuar tratamiento estadístico.

El tratamiento estadístico, se realizó de dos formas, primero se empleó estadística descriptiva, a fin de observar el nivel hacia el cual se orientaron los

estudiantes en las competencias sociales. A nivel de estadística inferencial, se obtuvo primero el nivel de normalidad mediante Kolmogorov – Smirnov.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN
DE DATOS

4.1. Análisis de fiabilidad de las variables

Se obtuvo validez de contenido para la Prueba de Goldstein a través del criterio de 3 jueces, cuyo veredicto fue que la prueba tenía suficiencia y aplicable. En cuanto la consistencia interna se efectuó un estudio piloto con 50 estudiantes de dos colegios. Respecto a la confiabilidad, se obtuvo mediante alfa de Cronbach, considerando la prueba total, por dimensiones y por ítem. Seguidamente, se muestra los resultados obtenidos mostrados en las siguientes tablas.

Tabla 8

Confiabilidad de la Lista de chequeo de habilidades sociales

Alfa de Cronbach	N de elementos
.956	50

En la tabla 8 se observa que para la prueba de Goldstein se obtuvo un coeficiente de 0.956 (por encima de 0.70), para la escala general indicando alta consistencia interna.

Tabla 9

Análisis de fiabilidad por dimensiones de la Lista de chequeo de habilidades sociales

Dimensión	Alfa de Cronbach	N de elementos
Habilidades básicas	.821	8
Habilidades avanzadas	.878	6
Habilidades relacionadas a los sentimientos	.852	7
Habilidades alternativos a la agresión	.861	9
Habilidades frente al estrés	.848	12
Habilidades de planificación	.850	8

En la tabla 9 se observa que para la prueba de Goldstein considerando las dimensiones se obtuvo coeficientes entre 0.821 y 0.878 (por encima de 0.70), para la escala general indicando alta consistencia interna.

Tabla 10

Análisis de fiabilidad por ítems

	Estadísticas de total de elemento			
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	97.520	229.234	.265	.956
P2	97.280	220.696	.733	.954
P3	97.540	224.049	.616	.955
P4	97.420	214.779	.808	.954
P5	97.560	216.660	.801	.954
P6	97.300	219.969	.732	.954
P7	97.520	224.785	.605	.955
P8	97.420	222.412	.658	.955
P8	97.220	226.787	.352	.956
P9	97.480	224.051	.508	.955
P10	97.640	228.194	.361	.956
P11	97.640	228.194	.361	.956
P12	97.540	222.539	.584	.955
P13	97.220	220.665	.596	.955
P14	97.320	218.549	.623	.955
P15	97.660	223.249	.581	.955
P16	97.880	229.496	.407	.956
P17	97.640	228.031	.414	.956
P18	97.760	224.880	.575	.955
P19	97.600	225.714	.502	.955
P20	97.440	219.109	.666	.954
P21	97.760	222.268	.522	.955
P22	97.920	222.075	.608	.955
P23	97.800	228.571	.405	.956
P24	97.820	230.804	.383	.956
P25	97.860	229.633	.305	.956
P26	97.900	227.643	.426	.956
P27	97.760	227.574	.485	.955
P28	97.860	223.633	.558	.955
P29	97.800	219.265	.618	.955

P30	97.880	225.128	.432	.956
P31	98.160	225.811	.471	.955
P32	98.240	221.574	.787	.954
P33	98.300	221.969	.762	.954
P34	98.340	222.392	.741	.954
P35	98.240	225.207	.541	.955
P36	98.000	226.000	.519	.955
P37	98.200	223.306	.622	.955
P38	98.320	222.140	.754	.954
P39	98.240	221.574	.787	.954
P40	98.120	227.618	.397	.956
P41	97.800	230.327	.206	.957
P42	97.680	223.161	.533	.955
P43	97.860	227.511	.475	.955
P44	97.920	223.096	.627	.955
P45	97.860	227.878	.513	.955
P46	97.800	227.020	.474	.955
P47	97.780	231.032	.342	.956
P48	97.780	227.440	.420	.956
P49	97.640	226.521	.406	.956
P50	97.660	228.500	.409	.889

En la tabla 10 se observa que para la prueba de Goldstein se obtuvo alta consistencia interna para los ítems – total con coeficientes por encima de 0,70.

4.2. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 11

Media y desviación estándar de habilidades sociales en grupo experimental.

VARIABLE	PRE - TEST		POST – TEST	
	M	DE	M	DE
Habilidades sociales básicas	18.207	3.865	20.84	4.32
Habilidades sociales avanzadas	13.759	2.494	16.62	2.498
Habilidades relacionadas con los sentimientos	14.345	3.058	16.707	2.635
Habilidades alternativas a la agresión	17.103	3.772	18.828	3.943
Habilidades para hacer frente al estrés	19.569	4.083	21.862	4.269
Habilidades de Planificación	15.397	2.512	17.552	2.95
TOTAL	116.396	2.746	184.735	2.68

Nota: M = Media; DE = Desviación estándar.

La tabla 11 muestra los estadísticos descriptivos de los puntajes obtenidos del grupo experimental en las habilidades sociales totales y sus dimensiones antes y después de la aplicación de programa. En la escala total se observa que en el pre - test se obtuvo ($X = 116.396$) indicando un nivel bajo, y una $DE = 2.746$, mientras que en el posttest fue de ($X = 184.735$) indicando la ubicación a nivel medio, siendo la $DE = 2.68$. Se puede apreciar que en las habilidades sociales básicas en el pre – test obtuvo ($X = 18.207$) con una $DE = 3.865$, en comparación a un ($X = 20.84$) con una $DE = 4.32$ en el post – test, indicando en ambos casos que el promedio del grupo se ubicó en el nivel medio en ambos momentos, siendo ligeramente superior en el posttest.

En las habilidades sociales avanzadas el promedio fue ($X = 13.759$) con una $DE = 2.494$ en el pre test, señalando la ubicación en el nivel bajo, en comparación con el promedio ($X = 20.84$) en el post test, indicando una ubicación en el nivel medio, con una $DE = 2.498$; en las habilidades relacionadas con los sentimientos el promedio ($X = 14.345$) indicando la ubicación en el nivel bajo, con una $DE = 3.058$ en el pre - test, frente a un puntaje promedio ($X = 16.707$) orientándose hacia nivel medio, con una $DE = 2.635$ en el pos – test; con respecto a las habilidades alternativas a la agresión el puntaje promedio ($X = 17.103$) ubicándose a nivel bajo, con una $DE = 3.772$ en el pre – test, en contraste al promedio de ($X = 18.828$) señalando una orientación hacia nivel bajo, con una $DE = 3.923$ en el post test.

En las habilidades para hacer frente al estrés se obtuvo un puntaje promedio ($X = 19.569$) orientándose el grupo hacia nivel bajo, con una $DE = 4.083$ en el pre - test, en comparación de un puntaje promedio en el post test de ($X = 21.862$) ubicándose en el nivel medio, con una $DE = 4.269$; para la habilidad de planificación el promedio fue de ($X = 15.397$), orientándose hacia nivel bajo, con una $DE = 2.512$

en el pre – test, en contraste con un promedio de ($X = 17.552$) orientándose hacia nivel bajo con una $DE = 2.95$ en el post test.

Tabla 12

Media y Desviación estándar de habilidades sociales de grupo de control.

VARIABLE	PRE - TEST		POST – TEST	
	M	DE	M	DE
Habilidades sociales básicas	17.25	3.375	17.51	3.668
Habilidades sociales avanzadas	12.76	2.132	12.98	2.054
Habilidades relacionadas con los sentimientos	14.235	2.627	14.471	2.744
Habilidades alternativas a la agresión	18.039	3.085	18.098	3.112
Habilidades para hacer frente al estrés	17.961	4.233	18.059	4.337
Habilidades de planificación	14.922	2.40	15.176	2.495
TOTAL	115.862	2.528	116.049	2.652

Nota: M = media; DE = desviación estándar.

En la tabla 12 presenta los estadísticos descriptivos de los puntajes obtenidos del grupo control en las habilidades sociales totales y sus dimensiones antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento. Se puede apreciar que, en la escala total, el promedio fue de ($X = 115.862$) y la $DE = 2.528$ en el pretest y en el posttest el promedio fue de ($X = 116.049$) y la $DE = 2.652$, ubicándose a nivel bajo. En cuanto a la primera dimensión el puntaje promedio de las habilidades sociales básicas se obtuvo ($X = 17.25$) en el pre test con una $DE = 3.375$, en comparación con el post test con un puntaje promedio de ($X = 17.51$) y una $DE = 3.668$, señalando una ubicación a nivel bajo; en las habilidades sociales avanzadas en el pre – test obtuvo un promedio de ($X = 12.76$) con una $DE = 2.132$ y un promedio de ($X = 12.98$) con una $DE = 2.054$ en el pos – test, indicando una orientación hacia nivel bajo; en las habilidades relacionadas con los sentimientos el promedio fue de ($X = 14.235$) con una $DE = 2.627$ en el pre – test, de igual forma un puntaje promedio de ($X = 14.471$) con una $DE = 2.744$ en el pos – test, orientándose hacia nivel bajo.

En cuanto a las habilidades alternativas a la agresión el puntaje promedio fue de ($X = 18.039$) con una $DE = 3.085$ en el pre – test, y un promedio de ($X = 18.098$) con una $DE = 3.112$ en el pos – test, ubicándose a nivel bajo; en las habilidades para hacer frente al estrés se consiguió un puntaje promedio de ($X = 17.961$) con una $DE = ,233$ en la medición pre - test, y un puntaje promedio en el pos – test de ($X = 18.059$) con una $DE = 4.337$, orientándose a nivel bajo; para la habilidad de planificación el promedio fue de ($X = 14.922$) con una $DE = 2.40$ en el pre – test, y un promedio de ($X = 15.176$) con una $DE = 4.337$ en el pos – test, orientándose hacia nivel bajo. En general es posible apreciar que tanto a nivel de pretest y de posttest los participantes se orientaron a nivel bajo en las habilidades sociales.

4.3. Contrastación de hipótesis

Antes de proceder a contrastar las hipótesis se obtuvo el índice de normalidad empleando la prueba de Kolmogorov Smirnov, detallándose los resultados a continuación.

Tabla 13

Prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov de grupo de control y grupo experimental.

VARIABLE	Grupo experimental			
	Pretest		Postest	
	K-S	<i>p</i>	K-S	<i>P</i>
Habilidades sociales básicas	0.167	0.000	0.088	0.20
Habilidades sociales avanzadas	0.156	0.001	0.121	0.34
Habilidades relacionadas con los sentimientos	0.137	0.009	0.103	0.192
Habilidades alternativas a la agresión	0.125	0.024	0.127	0.020
Habilidades para hacer frente al estrés	0.132	0.014	0.111	0.074
Habilidades de planificación	0.112	0.067	0.114	0.057
TOTAL	0.089	0.02	0.108	0.03
VARIABLE	Grupo control			
	Pretest		Postest	
	K-S	<i>p</i>	K-S	<i>P</i>

Habilidades sociales básicas	0.185	0.000	0.164	0.002
Habilidades sociales avanzadas	0.125	0.046	0.143	0.011
Habilidades relacionadas con los sentimientos	0.175	0.000	0.169	0.001
Habilidades alternativas a la agresión	0.142	0.011	0.131	0.029
Habilidades para hacer frente al estrés	0.227	0.000	0.231	0.000
Habilidades de planificación	0.134	0.023	0.136	0.019
TOTAL	0.113	0.010	0.128	0.037

Nota: K-S = Kolmogorov – Smirnov; p = significatividad.

La tabla 13 presenta los resultados de la prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov, en la prueba de Goldstein en la medición pretest en el grupo experimental en general fue de (K-S = 0.089; $p_{\text{valor}} = 0.02 < 0.05$), y en el posttest se obtuvo (K-S = 0.118; $p_{\text{valor}} = 0.03 < 0.05$). Mientras que en el grupo control, la medición pretest en general fue de (K-S = 0.113; $p_{\text{valor}} = 0.010 < 0.05$), y en el posttest se obtuvo (K-S = 0.128; $p_{\text{valor}} = 0.037 < 0.05$). En ambos grupos la distribución fue no normal, para el efecto de la estadística a nivel comparativo, se empleó el estadístico no paramétrico la prueba U Mann Whitney para la comparación entre grupos.

A continuación, se comprueban las hipótesis planteadas en el estudio.

Tabla 14

Prueba U de Mann Whitney para comparar las habilidades sociales entre grupo experimental con el grupo control antes de ejecutar el programa.

VARIABLE	Grupos		U	Z	P
	EXP	CONT			
Habilidades sociales básicas	59.69	49.67	1207.0 ns	-1.665	0.096
Habilidades sociales avanzadas	60.18	49.11	1178.5 ns	-1.845	0.065
Habilidades relacionadas con los sentimientos	56.08	53.77	1416.5 ns	-0.382	0.703
Habilidades alternativas a la agresión	49.8	60.91	1177.5 ns	-1.842	0.066
Habilidades para hacer frente al estrés	61.66	47.43	1093.0 s	-2.354	0.019
Habilidades de planificación	58.41	51.13	1281.5 ns	-1.208	0.227

TOTAL	58.16	51.41	1296.0 ns	-1.112	0.266
--------------	-------	-------	-----------	--------	-------

Nota: EXP = grupo experimental; CONT = grupo de control; U = coeficiente U; Z = coeficiente Z; p = significatividad; ns = no significativo; s = significativo.

Se aprecia en la tabla 14 que no existe diferencia significativa en habilidades sociales en general entre grupo experimental y grupo control ($U = 12.96$; $p_valor = 0.266 > .05$), asimismo, no existen diferencias significativas en las habilidades sociales básicas ($U = 1207$; $p_valor = 0.096 > 0.05$), habilidades sociales avanzadas ($U = 1178.5$; $p_valor = 0.065 > 0.05$), habilidades relacionadas con los sentimientos ($U = 1416.5$; $p_valor = 0.0703 > 0.05$), habilidades alternativas a la agresión ($U = 1177.5$; $p_valor = 0.066 > 0.05$), habilidad de planificación ($U = 1281.5$; $p_valor = 0.227 > 0.05$); cambio en las habilidades para hacer frente al estrés ($U = 1093$; $p_valor = 0.019 < 0.05$), encontrándose diferencia significativa..

Tabla 15

Prueba U de Mann Whitney en la comparación de las habilidades sociales del grupo experimental con el grupo control después de ejecutar el programa.

VARIABLE	Grupos		U	Z	P
	EXP	CONT			
Habilidades sociales básicas	66.64	41.76	804.0**	-4.114	0.000
Habilidades sociales avanzadas	73.83	33.59	387.0**	-6.669	0.000
Habilidades relacionadas con los sentimientos	66.11	42.36	834.5**	-3.937	0.000
Habilidades alternativas a la agresión	57.17	52.53	1353.0ns	-0.770	0.442
Habilidades para hacer frente al estrés	67.99	40.23	725.5**	-4.588	0.000
Habilidades de planificación	66.49	41.93	812.5**	-4.071	0.000
TOTAL	68.47	39.69	698.0**	-4.744	0.000

Nota: U = coeficiente U; Z = coeficiente Z; P = significatividad; ** = altamente significativo ($p < 0.001$)

Se aprecia en la tabla 15 se observa que existen diferencias altamente significativas en las dimensiones habilidades sociales básicas ($U = 804$; $p < 0.001$),

habilidades sociales avanzadas ($U = 387$; $p < 0.001$), habilidades relacionadas con los sentimientos ($U = 834.5$; $p < 0.001$), habilidades para hacer frente al estrés ($U = 725.5$; $p < 0.001$), habilidades de planificación ($U = 812.5$; $p < 0.001$). En el caso de habilidades frente a la agresión ($U = 1353$; $p > 0.001$) el puntaje resultó no significativo. También se halló diferencia altamente significativa entre grupo experimental y de control en las habilidades sociales en general ($U = 698$; $p < 0.001$).

CAPÍTULO V

DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

El objetivo del estudio fue determinar el efecto del programa “Juventud Presente y Futuro” en el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en Lima. Los hallazgos evidenciaron en las habilidades sociales en general que el grupo experimental a nivel de pretest obtuvo un promedio de 116,396, indicando un nivel bajo y el grupo control el promedio fue de 115.862 en el pretest ubicándose en el nivel bajo, promedios que al contrastarse se halló que no existe diferencia significativa en habilidades sociales en general entre grupo experimental y grupo control ($U = 12.96$; $p = 0.266 > .05$).

Luego de la aplicación del programa de entrenamiento las evaluaciones a nivel de posttest el grupo experimental obtiene un promedio en habilidades sociales básicas de 184.735, indicando la ubicación a nivel medio, mientras que el grupo control en el posttest el promedio alcanzado fue de 116.049, ubicándose en el nivel bajo. Al contrastarse las puntuaciones promedio se halló diferencia altamente significativa entre grupo experimental y de control en las habilidades sociales en general ($U = 698$; $p < 0.001$) lo cual permite determinar que el programa de entrenamiento en habilidades sociales tiene un efecto positivo en la promoción del desarrollo de dichas habilidades en los estudiantes de secundaria. La efectividad del programa de entrenamiento en habilidades sociales, como señala Escobar (2017) contó con una organización estructurada de componentes que promueven el cambio a nivel personal y grupal con la finalidad de modificar una situación de déficit de habilidades sociales, cumpliendo con su objetivo, donde la didáctica favoreció la asimilación de conceptos teóricos y modelos prácticos.

Los hallazgos coinciden con los de Rodríguez (2020) en Lima, quien al trabajar con pacientes con problemas de sustancias psicoactivas en recuperación quienes remarcaban una mejoría disminuyendo los déficits de habilidades sociales ($Z = -2.398$; $p = 0.000$, $p \leq 0.05$); asimismo con los resultados de García (2018) en Lima, donde los pacientes con trastorno depresivo desarrollaron conductas socializadoras facilitadoras ($Z = -4.625$; $p = 0.000$, $p \leq 0.05$) inclusive el programa de entrenamiento en habilidades sociales fue efectivo para el manejo de conductas socializadoras inhibitoras en pacientes jóvenes con trastorno depresivo ($Z = -4.255$; $p = 0.000$, $p \leq 0.05$). De la misma forma con el estudio de Torres (2018) en Lima, donde el Programa de Expresión Social, incrementó significativamente el nivel de habilidades sociales en los estudiantes mejorando la convivencia ($p < 0.001$).

Asimismo, con los de Cano (2017) en Lima, donde el Programa aprendo conductas saludables, contribuyó al mejoramiento de las habilidades sociales ($Z = -5.688$ Sig. = $0.000 < 0.01$). Inclusive con los resultados de Gálvez (2017) en Lima, donde el programa habilidades sociales mejora la competencia social de los estudiantes de secundaria. De la misma forma, con los hallazgos de Betancur (2020) en Colombia, quien en contextos deportivos desarrolló en jóvenes a través de un programa comunicacional el aumento de las conductas asertivas ($t = -9.175$) y una disminución de conductas agresivas ($t = 3.849$) y pasivas ($t = 7.786$) todas ellas significativas ($p = 0.000 < .01$).

Inclusive con el estudio de Ahumada y Orozco (2019) en Colombia, donde el entrenamiento en habilidades sociales las fortaleció para mejorar la convivencia escolar. También con los resultados de Rivera et al. (2019) en Colombia, donde los efectos de un programa de entrenamiento desarrollaron habilidades sociales en estudiantes universitarios, aprendiendo habilidades que hacen a los estudiantes

emocionalmente competentes y capaces de controlar sus emociones. De la misma manera, presentan similitud con los hallazgos de Hoyos y Sinning (2019) en Colombia, donde la eficacia de las estrategias pedagógicas contribuyó al fortalecimiento de las habilidades sociales en los estudiantes de contextos vulnerables ($W = 14.763$; sig. = $0.000 < 0.01$). Igualmente, con el estudio de Santamaría (2019) en Quito, donde la eficacia de la arteterapia mejora en las habilidades sociales para asumir un comportamiento asertivo al encontrar diferencias significativas favorables a la muestra ($W = 19.446$; sig. = $0.000 < 0.01$).

En cuanto a la dimensión primeras habilidades sociales o habilidades básicas, a nivel de pretest el grupo experimental es posible apreciar que obtuvo un promedio de 18.207, ubicándose en el nivel medio, mientras que el grupo control obtuvo un promedio de 17.25 en el pre test, orientándose hacia nivel bajo, que al compararse las medias muestrales se halló que no existen diferencias significativas en primeras habilidades sociales ($U = 1207.0$; $p = 0.096 > 0.05$) antes del proceso de entrenamiento.

Luego de la aplicación del programa el grupo experimental obtuvo un promedio de 20.84 en el post – test, indicando que el grupo se ubicó en el nivel medio, siendo ligeramente superior en el posttest, respecto al grupo control que obtuvo en el posttest un puntaje de 17.51, ubicándose en el nivel bajo. Al contrastarse las medias muestrales se halló diferencias altamente significativas en la dimensión primeras habilidades sociales ($U = 804.0$; $p < 0.001$), siendo favorable al grupo experimental. La efectividad del programa obedeció también a lo señalado por Bandura y Walters (2002) donde los estudiantes de secundaria aprendieron a través de un modelo vivo, que demuestra o actúa un comportamiento, así como un modelo de instrucción verbal, que implica descripciones y explicaciones de un comportamiento mediante la

enseñanza virtual, también la acción de un modelo simbólico, que involucra personajes reales o ficticios que muestran comportamientos en medios en línea, considerando la enseñanza remota.

Referente a la dimensión habilidades sociales avanzadas el grupo experimental obtuvo un promedio de 13,759 en el pretest, ubicándose en el nivel bajo, mientras que el grupo control en el pretest obtuvo un promedio de 12.76, orientándose hacia nivel bajo, que al compararse las medias se halló que no existe diferencias significativas ($U = 1178.5$; $p = 0.065 > 0.05$).

Luego de la aplicación del proceso de entrenamiento, en las habilidades sociales avanzadas el grupo experimental obtiene un promedio de 20,84 en el post test, indicando una ubicación en el nivel medio, mientras que el grupo control obtiene un promedio de 12.98, señalando la ubicación en el nivel bajo, que al contrastarse ambos promedios se halló diferencia significativa en las habilidades sociales avanzadas ($U = 387.0$; $p < 0.001$) favorable al grupo experimental. Con estos hallazgos se afirma lo expuesto por Hidalgo y Abarca (2009) donde los adolescentes en el proceso de entrenamiento han desarrollado en forma positiva la interacción social y la interpretación de mensajes, desarrollando habilidades sociales, como gestos, la sonrisa, el tiempo de retardo en la repuesta y el proceso de interacción social, producto de la habilidad individual para generar conductas adecuadas en la retroalimentación social, como elementos de interrelación que permite la socialización.

Respecto a las habilidades relacionadas con los sentimientos, el grupo experimental a nivel de pretest el promedio alcanzado fue de 14.345 indicando la ubicación en el nivel bajo, mientras que el grupo control alcanza un promedio de

14.235, que al comparar los promedios de ambos grupos se halló que no existe diferencia significativa entre ambos grupos ($U = 1416.5$; $p = 0.0703 > 0.05$).

Posterior al proceso de entrenamiento, a nivel de posttest el puntaje promedio alcanzado por el grupo experimental fue 16.707 orientándose hacia nivel medio, mientras que el grupo control el promedio alcanzado fue de 14.471, ubicándose a nivel bajo, que al contrastarse las medias muestrales de ambos grupos se halló diferencia significativa en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos ($U = 834.5$; $p < 0.001$) saliendo favorecido el grupo experimental. Lo expuesto como señala Gismero (2010) los adolescentes ponen de manifiesto en un entorno interpersonal sus emociones, sentimientos sin mostrar angustia y de modo no aversivo, respetando la de los demás, consolidando el programa esta capacidad en el grupo de estudiantes.

En cuanto a las habilidades alternativas a la agresión el grupo experimental a nivel de pretest el puntaje promedio alcanzado fue de 17.103 ubicándose a nivel bajo, respecto al grupo control el puntaje promedio que alcanzaron fue de 18.039, orientándose hacia nivel bajo, no hallándose diferencia significativa en las puntuaciones promedio entre ambos grupos ($U = 1177.5$; $p = 0.066 > 0.05$). Denotando que ambos grupos no tiene capacidad de tolerancia al no tener alternativas comportamentales diferentes a comportamientos hostiles y agresivos.

Luego del entrenamiento el grupo experimental en el posttest obtuvo un promedio de 18.828, señalando una orientación hacia nivel bajo, mientras que el grupo control, obtuvo un promedio de 18.098 en el posttest ubicándose en el nivel bajo; al contrastarse las medias muestrales no se halló diferencia significativa entre ambos grupos ($U = 1353$; $p < 0.001$) favorable al grupo experimental.

Considerando los resultados, Goldstein (1989) señala que los adolescentes a través de un programa efectivo de entrenamiento en habilidades sociales, desarrolla el conocer los propios sentimientos y poder expresarlos con propiedad, así también conocimiento de los propios sentimientos como de los demás, logrando enfrentar y resolver situaciones de interacción no adecuadas empleando en ocasiones la agresión y la hostilidad. Aspectos que el programa de entrenamiento no logró modelar, asumiendo aun los estudiantes comportamientos agresivos ante situaciones conflictivas, no teniendo capacidad de tolerancia.

Referente a las habilidades para hacer frente al estrés, el grupo experimental en el pretest obtuvo un puntaje promedio de 19.569, orientándose el grupo hacia nivel bajo, mientras que el grupo control, alcanzó un puntaje promedio de 17.961, indicando un nivel bajo, que al compararse los puntajes promedio se halló diferencia significativa, favorable al grupo experimental ($U = 1093.0$; $p = 0.019 < 0.05$).

Concluido el proceso de entrenamiento, el grupo experimental obtuvo un puntaje promedio en el post test de 21.862 ubicándose en el nivel medio habilidades para hacer frente al estrés, mientras que el grupo control, obtuvo un puntaje promedio en el posttest de 18.059, que al contrastarse las medias muestrales se halló que existe diferencia significativa entre ambos grupos ($U = 725.5$; $p < 0.001$) siendo favorable al grupo experimental. Con estos resultados, es posible afirmar acorde con Caballo (2007), que el estrés puede ser manejado mediante una conducta socialmente habilidosa, al expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones, aspiraciones o derechos de parte de los estudiantes, actuando de un modo adecuado ante situaciones amenazantes.

En cuanto a la habilidad de planificación a nivel de pretest el grupo experimental alcanza un promedio de 15.397, orientándose hacia nivel bajo, mientras

que el grupo control el promedio obtenido fue de 14.922 en el pre – test, indicando una orientación hacia nivel bajo. Al compararse las puntuaciones promedio se halló que no existe diferencia significativa entre ambos grupos antes de aplicarse el programa de entrenamiento ($U = 1281.5$; $p = 0.227 > 0.05$).

En cambio, luego de la aplicación del programa los resultados posttest indicaron que el grupo experimental alcanzó un promedio de 17.552, orientándose hacia nivel bajo, mientras que el grupo control obtuvo un promedio de 15.176 en el posttest, siendo el nivel alcanzado de bajo. Al contrastarse las medias muestrales se halló diferencia significativa en las habilidades de planificación entre ambos grupos ($U = 812.5$; $p < 0.001$), saliendo favorecido el grupo experimental.

Como señala Goldstein (1989) el proceso de planificación es un acto cognitivo que de alguna manera el entrenamiento en competencia social no ha logrado desarrollar en los estudiantes limitando en ellos proyectar la planificación orientado al logro de metas y objetivos, así como manejar la toma de decisiones.

El presente estudio, si bien ha cumplido con el objetivo planteado, desarrollando las habilidades sociales en los estudiantes verificando con ello de manera practica la efectividad del programa. Es así como la exposición de evidencias de patrones de comportamiento social adquiridas por los estudiantes a través del programa y sus resultados han servido para contrastar postulados teóricos, profundizando en la línea de investigación. Cabe reconocer que, si bien los estudios experimentales se realizan con grupos pequeños tratando de proyectar los resultados, estos solo pueden ser generalizados o aplicados a contextos similares. Por tanto, se hace necesario ejecutar la replicabilidad en diferentes contextos de manera simultánea con la finalidad de diseñar y rediseñar metodológicamente la administración del programa.

5.2. Conclusiones

1. El programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro fue efectivo en el desarrollo de competencias sociales en estudiantes de secundaria en Lima, encontrando diferencia significativa entre ambos grupos favorable para el experimental luego de la aplicación del programa de entrenamiento en habilidades sociales.
2. Previo a la aplicación del programa de entrenamiento, ambos grupos se encontraban en el nivel bajo en competencias sociales, luego de la aplicación el resultado fue favorable para el grupo experimental ubicándose a nivel medio, indicando un notable progreso.
3. Se halló diferencia significativa en las habilidades sociales básicas o primeras habilidades entre ambos grupos participantes luego de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro, siendo favorable al grupo experimental, observándose un notable progreso.
4. Se comprobó la existencia de diferencia significativa en las habilidades sociales avanzadas entre ambos grupos participantes después de la aplicación del programa Juventud Presente y Futuro. Optimizando su performance el grupo experimental.
5. Se determinó la existencia de diferencia significativa en las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos entre ambos grupos participantes concluida la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro, señalando una mayor expresión de sentimientos de parte del grupo experimental.
6. No se pudo comprobar la existencia de diferencia significativa en las habilidades alternativas a la agresión entre ambos grupos participantes después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro, indicando

que ambos grupos no pueden gestionar de manera adecuada la ira, hostilidad, no pudiendo tener control sobre sus impulsos, tendiendo a infringir daño a otros.

7. Se comprobó la existencia de diferencia significativa en las habilidades sociales de planificación entre los estudiantes del grupo experimental con el de control después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro, siendo favorable para el grupo experimental, señalando, sin embargo, que los estudiantes del grupo experimental están en proceso de fortalecer la capacidad de planificar su vida entre otras cosas.
8. Se determinó la existencia de diferencia significativa en las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre ambos grupos de participantes después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro, indicando que los estudiantes del grupo experimental tienden afrontar más situaciones amenazantes, empleando de manera adecuada sus recursos personales.

5.3. Recomendaciones

1. Sería recomendable ampliar el presente estudio vinculado a las variables estudiadas en una población mayor de estudiantes de secundaria tanto en colegios públicos y privados, considerando con la finalidad de obtener mayores datos que puedan generalizarse y concluir con mayor seguridad la eficacia del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro orientado a desarrollar habilidades sociales.
2. Es recomendable desde la perspectiva metodológica desarrollar mayores sesiones de entrenamiento, así como tareas a realizar por los estudiantes con la finalidad de afianzar y consolidar el aprendizaje de habilidades sociales tornando a los estudiantes en competentes a nivel social.

3. Es recomendable efectuar el estudio de las propiedades psicométricas de la Prueba de Goldstein en mayor población de estudiantes de secundaria considerando todos los grados de estudios a fin de obtener un instrumento adaptado y con la finalidad de que sirva para diagnosticar competencias sociales.
4. Sería conveniente el establecimiento de una alianza estratégica con la Dirección Regional de Educación de Lima para capacitar a docentes en el programa de entrenamiento en competencias sociales, a fin de formar docentes líderes que entrenen en comportamientos sociales asertivos.
5. Considerando los hallazgos del estudio es necesario realizar ajustes metodológicos en el programa de entrenamiento en competencias sociales a fin de obtener un instrumento de enseñanza que permita seguir probando sus efectos en el desarrollo de estas.
6. Se recomienda trabajar desde los primeros grados de enseñanza con un programa de entrenamiento con temas y actividades adecuadas para la edad.

REFERENCIAS

- Ahumada, A., y Orozco, C. (2019). *Entrenamiento de habilidades sociales: una estrategia de intervención para el fortalecimiento de la convivencia escolar* [Tesis de maestría no publicada]. Universidad de la Costa.
- Athanasίου, K. (2018). Cross-national aspects of cyberbullying victimization among 14–17-year-old adolescents across seven European countries. *BMC Public Health*, 18(1), 800. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5682-4>
- Bandura, A. (1978). Teoría del aprendizaje de la agresión. *Journal of Communication* 28(3), 12-29. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1978.tb01621.x>
- Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción*. Martínez Roca
- Bandura, A. (1997) Autoeficacia: hacia una teoría unificadora del cambio de comportamiento. *Psychological Review* 84, 191-215.
- Bandura, A., y Walters, R. (2002). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. (12ª ed.). Alianza Editorial.
- Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A. K., Benavides, V., y Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. *Psicoespacios*, 11(18), 133-148. <https://doi.org/10.25057/21452776.898>
- Betancur, O. (2020). *Entrenamiento de habilidades sociales en fútbol base: propuesta de intervención* <https://asignaturaentrenamien2delaactividaddeportiva.home.blog/2020/09/09/entrenamiento-de-habilidades-sociales-en-futbol-base-propuesta-de-intervencion/>
- Caballo, V. (1998). *Manual de técnicas de terapia conductual y modificación de conducta*. Siglo XXI.

- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (7ª ed.). Siglo XXI.
- Caballo, V. e Irurtia, M. J. (2008). *Entrenamiento en habilidades sociales*. Pirámide.
- Cabezas, E., Andrade, D., y Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., Del Moral, C., Perazzo, C., & Ubrich, T. (2016). *Yo a eso no juego. Bullying y cyberbullying en la infancia*. Save The Children
- Cano, M. (2017). *Programa “Aprendo conductas saludables” para mejorar mis habilidades sociales en estudiantes de primaria de la I.E.P. Rosselló* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://core.ac.uk/download/pdf/154579514.pdf>
- Chávez M (2018). *Programa de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales. Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo de Lambayeque. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/5186>
- Cid P., Díaz A., Pérez M., Torruella M., y Valderrama M. (2008). Agresión y violencia en la escuela. *Ciencia y Enfermería*, 14(2), 21-30. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532008000200004>
- Escobar, M. (2017). *Diseños de programas de intervención psicológica*. Universidad Continental.
- Esteves, A., Paredes, R., Calcina, C., y Yapuchura, C. (2020). Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar. *Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 11(1), 16-27. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>

- Flores, E., García, M., Calsina, W., y Yapuchura, A. (2016). Habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano. *Comuni@cción*, 7(2), 5–14. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Gálvez, L. (2017). *Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa “Luis Armando Cabello Hurtado” Manzanilla - Cercado de Lima* [Tesis de maestría no publicada]. Universidad Cesar Vallejo.
- García, S. (2018). *Efectividad de un programa de entrenamiento en habilidades sociales en jóvenes con depresión. Hospital Nacional “Arzobispo Loayza”*. Lima [Tesis de maestría no publicada]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Garmendia M., Jiménez E., Casado M. y Mascheroni G. (2016). *Riesgos y oportunidades en internet y uso de dispositivos móviles entre menores españoles (2010-2015)*. (1ª ed.). Net Children Go Mobile. https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=5053
- Gismero, E. (2010). *EHS Escala de habilidades sociales*. TEA Ediciones
- Goldstein, A. (1980). Lista de Chequeo de Habilidades Sociales (LCHS).
- Goldstein, A. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Ediciones Martínez Roca.
- Hidalgo, C. y Abarca, N. (2009). *Comunicación interpersonal: programa de entrenamiento en habilidades sociales* (3ª ed.). Alfaomega.
- Hoyos, S. y Sinning, Y. (2019). *Entrenamiento de habilidades sociales en contextos vulnerables para mejorar la convivencia* [Tesis de maestría, Universidad de la Costa.]. Repositorio de la Universidad de la Costa. <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/6118/Entrenamiento%20>

de%20Habilidades%20Sociales%20en%20contextos%20vulnerables%20para
%20mejorar%20la%20convivencia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2018, octubre). *Datos preliminares del censo*. INEI.

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2020, 4 de diciembre). *Niñez y adolescencia*.

<https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletínninez.pdf>

Kelly, J. (1987). *Entrenamiento de las habilidades sociales* (8ª ed.). Desclée de Brouwer.

Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento*. McGraw Hill.

Lorenzo, M. y Reyes, M. (2011). entrenamiento de habilidades sociales en futbol base: propuesta de intervención *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM, 21(2), 39-52*
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65423606005>

Ministerio de Salud (2016). *Problemas en las relaciones sociales de los adolescentes*. Minsa.

Ministerio de Salud (2018). *Salud mental de los adolescentes*. Minsa.

Ministerio de Educación (2022). *Programa de convivencia escolar y social*. Minedu.

Monjas, C. (2007). *Habilidades sociales en secundaria*. Ministerio de Educación Cultura y Deporte.

Monjas, C. (2010). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS)*. CEPE

Organización Mundial de la Salud (2021, noviembre). *Salud mental del adolescente*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

- Pades, A. (2003) *Habilidades sociales en enfermería: Propuesta de un programa de intervención* [Tesis de pregrado, Universitat de les Illes Balears de España]. Repositorio de la Universitat de les Illes Balears de España. <https://www.tesisenred.net/handle/10803/9444#page=1>
- Organización para la Educación, Ciencia y la Cultura (2018, octubre). *Nuevos datos revelan que en el mundo uno de cada tres adolescentes sufre acoso escolar*. Instituto de Estadística de la Unesco. <https://es.unesco.org/news/nuevos-datos-revelan-que-mundo-cada-tres-adolescentes-sufre-acoso-escolar>
- Rivera, J., Lay, N., Moreno, M., Pérez, A., Rocha, G., Parra, M., Duran, S., García, J., Redondo, O., y Torres E. (2019). Programa de entrenamiento para desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 40(31), 10.
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. (4ª ed.). ACDE.
- Rodríguez, J. (2020). *Efectos de un programa de destrezas sociales sobre el nivel de habilidades sociales en adictos a sustancias psicoactivas en una comunidad de Lima Sur* [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Autónoma del Perú.
- Sánchez, S. (2016). *Estilos de crianza y su incidencia en las habilidades sociales de los niños y niñas de 4 a 5 años de edad del centro educativo Leopoldo Chávez del Cantón Cascales de la Provincia de Sucumbíos* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional de Loja. [https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/15677/1/TESIS%20CONTRIBUCION %20AGOSTO%200101-08-2016.pdf](https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/15677/1/TESIS%20CONTRIBUCION%20AGOSTO%200101-08-2016.pdf)
- Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica tecnológica y humanista*. Universidad Ricardo Palma.
- Santamaría, L. (2019). *Eficacia de la arteterapia como medio de intervención en Terapia Ocupacional, para mejorar las habilidades sociales en niños y*

preadolescentes que viven en la Casa Hogar [Tesis de pregrado, Universidad Central]. Repositorio de la Universidad Central.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/18595>

Sartori, M., y López, M. (2016). Habilidades sociales: Su importancia en mujeres con diagnóstico de Síndrome de Turner. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1055–1067.
<https://doi.org/10.11600/1692715x.14212160115>

Serrano, C., y Peñafiel, E. (2010). *Habilidades sociales*. Editex.

Tantalean, L. (2019). *Efectos de un programa de habilidades sociales sobre la calidad de vida en adolescentes vulnerables del distrito de Carabayllo* [Tesis de maestría, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio de la Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/xmlui/handle/URP/3304>

Tomás Rojas, A. (1995). *Manual de calificación y diagnóstico de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein*.
<https://es.scribd.com/document/329839981/Habilidades-Sociales-GoldsteinCompleto>

Torres, B. (2018). *Efectos del programa expresión social en adolescentes con bajas habilidades sociales de una asociación – San Juan de Miraflores* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/570/BRANLY%20RUSSELL%20TORRES%20RAMOS.pdf?sequence=1&isAllowed=1>

Vygotsky, L. (1988). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Editorial Crítica.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿Cuál es el efecto del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro en el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en Lima?	Objetivo general: Determinar el efecto del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro en el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de secundaria en Lima	Hipótesis general: H ₀ : Existe diferencia significativa en las habilidades sociales entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro. H _a : No existe diferencia significativa en las habilidades sociales entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.	Variable 1: Programa de entrenamiento juventud presente y futuro: será medida a través de las siguientes dimensiones: • Instrucción verbal dialogo discusión • Modelado • Práctica • Feedback • Tareas	Tipo de investigación: Experimental
	Objetivos específicos: 1. Describir el nivel de habilidades sociales considerando sus dimensiones en los estudiantes del grupo experimental y control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro. 2. Comparar las habilidades sociales básicas entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro. 3. Comparar las habilidades sociales avanzadas entre los estudiantes del grupo	Hipótesis específicas: He1: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales básicas entre los estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro. He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales básicas entre los estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental	Variable 2: Habilidades sociales: será medida a través de las siguientes dimensiones: • HHSS básicas • HHSS avanzadas • HHSS relacionada a los sentimientos	Diseño de investigación: Cuasiexperimental Población y muestra: La población estuvo constituida por 104 estudiantes de dos instituciones educativas privadas La muestra quedó fijada en 104 estudiantes de primero a quinto grado de secundaria cantidad que obtenida mediante muestreo no probabilístico, intencionado. Técnica: Encuesta

experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro	respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.	• HHSS alternativas de agresión	Instrumentos de medición:
4. Comparar las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro	He2: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales avanzadas entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.	• HHSS de planificación	Programa de entrenamiento en habilidades sociales Juventud presente y futuro de Villena (2021).
5. Comparar las habilidades alternativas a la agresión entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.	He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales avanzadas entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.	• HHSS para hacer frente al estrés	Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein (1989).
6. Comparar las habilidades sociales de planificación entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.	He3: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.		
7. Comparar las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre los estudiantes del grupo experimental con el de control antes y después	He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.		

de la aplicación del programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He4: Existe diferencia significativa en las habilidades alternativas de la agresión entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades alternativas de la agresión entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He5: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales de planificación entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales de planificación entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He6: Existe diferencia significativa en las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes

y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

He0: No existe diferencia significativa en las habilidades sociales para hacer frente al estrés entre estudiantes de secundaria de Lima pertenecientes al grupo experimental respecto al de control antes y después de la aplicación de programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro.

Anexo 2. Ficha técnica y protocolos de instrumentos

Instrumento 1:

Programa de entrenamiento Juventud Presente y Futuro

OBJETIVO GENERAL:

Lograr, mediante técnicas y procedimientos, desarrollar habilidades sociales sobre la base de la lista de habilidades sociales de Goldstein, las cuales permitirán que el adolescente adquiera capacidades y fortalezas personales que afianzarán aspectos inter e intrapersonal; herramientas clave para el éxito, bienestar y realización en los ámbitos personal, familiar, social y educativo.

METACOGNICIÓN

Al terminar cada sesión se trabaja en forma escrita y/u oral la reflexión y afianzamiento de los aprendizajes desarrollados, mediante las siguientes preguntas:

- ¿Qué se aprendió?
- ¿Cómo se aprendió?
- ¿Para qué se aprendió?
- ¿Cómo nos sentimos?
- ¿Qué haríamos para mejorar?

ÁREA I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
1 y 2	Primeras habilidades Sociales de Goldstein	Adquirir la habilidad de escuchar, de presentarse, de presentar a otras personas y de hacer un cumplido	· Presentación del programa (propósitos y expectativas) y de los facilitadores. · Se establecen las normas de convivencia. · Aplicación de la Lista de Chequeo de habilidades sociales de Goldstein. • Entrega de materiales (PDF) · Instrucciones y modelado: Presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido (PDF-1A). · Ensayo conductual: Los estudiantes realizan su presentación, dan pase al compañero presentándolo y realizan un cumplido, todo ello con la gesticulación y ademanes del modelado. · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su participación. · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: Entonación, vocalización, movimientos, etc. · Transferencia: Poniendo en ejercicio, cada uno de sus aprendizajes, no solo con otros participantes del programa, sino con personas de su entorno. · Tarea para casa: Verán el video “El valor del esfuerzo diario” y enviarán un video con el su saludo y presentación, la presentación de su familia y características más resaltantes (PDF – 1B).	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.

ÁREA II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

N.º	SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
3 y 4		Primeras habilidades sociales	Adquiere la habilidad de escuchar, presentarse, presentar a otras personas y dar las gracias.	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “El valor del esfuerzo diario” · Instrucciones y modelado: Lectura coral de los poemas (por grupos) con la gesticulación, entonación y movimientos corporales, siguiendo a la facilitadora (PDF-2A y PDF-2B). · Ensayo conductual: Lectura individual de un fragmento del poema con la gesticulación, entonación, movimientos corporales y agradecimiento. · Se separa a todo el grupo en cinco equipos, luego dando y recibiendo las instrucciones de sus compañeros: ¡A jugar charada! · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su participación en la lectura de poemas y el diálogo de valores.	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.
		Habilidades sociales avanzadas	Adquiere la habilidad de participar, dar instrucciones, seguir instrucciones y pedir ayuda.	· Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: Entonación, vocalización, movimientos, escucha activa, esperar su turno para hablar en los debates y diálogos. · Transferencia: Poniendo en ejercicio, cada uno de sus aprendizajes, no solo con otros participantes del programa, sino con personas de su entorno. Tarea para casa: Verán el video Inteligencia Emocional ayuda.	

(Animación) y enviarán un audio con la lectura del poema que le tocó, aplicando una adecuada entonación.

ÁREA II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

ÁREA IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
5 y 6	Habilidades sociales avanzadas	Adquiere la habilidad de escuchar, disculparse, participar y pedir ayuda, agradecer.	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “Inteligencia Emocional” (Animación) · Instrucciones y modelado: Se les orienta en cuanto al tema y la forma de presentación del siguiente ejercicio. · Juego de roles: Cada uno elegirá el rol que desea desempeñar en la obra poniéndose de acuerdo con su grupo. · Ensayo conductual: Se organizan (por grupos), se reparten personajes y desarrollan la obra teatral (PDF-4) “Sale el sol” (Todos experimentamos diferentes emociones), con gesticulación, entonación y movimientos corporales adecuados.	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual
	Habilidades alternativas a la agresión	Adquiere la habilidad de compartir algo, ayudar a los demás y evitar	· Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su participación en el desarrollo del teatro.	· Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.

problemas con los demás.	· Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: Entonación, vocalización, movimientos, etc. en el teatro, debates y diálogos. · Transferencia: Poniendo en ejercicio, cada uno de sus aprendizajes, no solo con otros participantes del programa, sino con personas de su entorno. · Tarea para casa: Verán el “Una bonita historia de gratitud” y enviarán un segundo audio con la lectura del poema que le tocó, aplicando una adecuada entonación.
--------------------------	---

ÁREA III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
7 y 8	Habilidades relacionadas con los sentimientos	Adquiere la habilidad expresar sus sentimientos y afecto	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “Una bonita historia de gratitud” · Instrucciones y modelado: Se les mostrará la imagen del mapa del corazón indicándoles que se llenará y decorarán haciéndose las preguntas ¿Qué me gusta de ti? ¿Qué te agradezco? con respecto a un compañero que se les designará a cada uno. · Ensayo conductual: Llenarán el mapa del corazón con cualidades y agradecimientos hacia su compañero.	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.

-
- Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su presentación: orden, limpieza, decorado, etc.
 - Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: más y/o mejores detalles, etc.
 - Transferencia: Poniendo en ejercicio, cada uno de sus aprendizajes, cada desarrollará el mapa del corazón a un familiar.
 - Tarea para casa: Verán el video “Ira, cortometraje” y enviarán un video entregando el mapa del corazón a su familiar elegido, expresándole verbalmente lo que significa.
-

ÁREA III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

ÁREA V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
9 y 10	Habilidades relacionadas	Adquiere la habilidad de conocer sus propios sentimientos y	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “Ira, cortometraje” · Instrucciones y modelado: Se les mostrará los PPT donde se observan imágenes de famosos y no famosos haciendo gestos	· Instrucción · Modelado

con los sentimientos	expresarlos, resolver el miedo y enfrentarse con el enfado de otro.	raros y por cada uno responderán en un papel ¿Qué sucede? ¿Por qué? ¿Qué hará? ¿Cómo lo solucionará?	· Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.
Habilidades para hacer frente al estrés	Adquiere la habilidad para resolver la vergüenza, responder al fracaso, responder a una acusación, formular o responder quejas, entre otras.	resaltando diferentes aspectos de su presentación: gestos, expresión oral correcta, adecuada improvisación, etc. · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: gestos, expresión oral, improvisación, etc. · Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados. · Tarea para casa: Verán el video “Trabajo en equipo” y enviarán un video leyendo su poema sentados y sin movimiento corporal, solo con gestos.	

ÁREA VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
11 y 12	Habilidades de planificación	Adquiere la habilidad tomar iniciativas, resolver problemas, tomar decisiones, entre otras.	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “Trabajo en equipo”. · Instrucciones y modelado: Se les explica y ejemplifica la obra “Los vendedores” (PDF-6), la cual la van a desarrollar con una característica diferente, cada grupo: molestos, risueños, muy acelerados, muy lentos, etc. · Ensayo conductual: Después de observar y escuchar los ejemplos se dividen en grupos y al Zoom en salas para que se organicen y presenten su obra. · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su presentación: gestos, expresión oral correcta, adecuada improvisación, etc. · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: gestos, expresión oral, improvisación, etc. · Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados. · Tarea para casa: Verán el video “Educar en valores. Corto sobre el bullying”	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.

ÁREA I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES
ÁREA II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
13 y 14	Primeras habilidades Sociales	Adquiere la habilidad y/o refuerzas habilidades para iniciar o mantener una conversación, presentarse, formular preguntas y dar las gracias.	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: "Educar en valores. Corto sobre el bullying" · Instrucciones y modelado: Se les hace la demostración de la venta de un producto poco común: un teléfono con pantalla rota, una plancha malograda, etc., al estilo del comercio ambulante en buses. · Ensayo conductual: Iniciarán con saludo, presentación, pedir permiso para vender, pedir disculpas por interrumpir el viaje, realizará la venta ¡Fantástica! Y terminará agradeciendo el tiempo y el espacio que le han brindado. Si encuentran algún cliente exigente deben "ganarse su corazón". · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su presentación: gestos, expresión oral correcta, adecuada improvisación, etc.	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.
	Habilidades sociales avanzadas	Adquiere y/o refuerza habilidades para disculparse y	· Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: gestos, expresión oral, improvisación, etc.	

convencer a los demás.

- Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados.
- Tarea para casa: Verán el video “8 Video Control de emociones”, tener 7 globos para la próxima clase y enviarán un audio leyendo la historia que les tocó. (PDF-9A y PDF-9B)

ÁREA I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES
ÁREA II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
15 y 16	Primeras habilidades Sociales	Adquiere la habilidad y/o refuerzas habilidades para iniciar o mantener una conversación, presentarse, formular preguntas y	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “8 Video Control de emociones” · Instrucciones y modelado: Se les hará la demostración de una dinámica que consiste en que el estudiante mencionará cuatro características “de su realidad”, siendo solamente, una de ellas, verdad y sus compañeros tendrán que adivinar cuál es. · Ensayo conductual: En esta dinámica cada estudiante se presentará como si fuera el primer día, agradecerá la oportunidad de participación y describirá cuatro aspectos de su personalidad, contexto social o familiar, siendo tres de estas falsas y una real. Finalizará haciendo la pregunta: ¿Cuál es mi mentira?, y todos	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual

	dar las gracias.	responderán con la mano indicando los números 1, 2, 3 o 4, según la posición del enunciado verdadero.	· Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.
Habilidades sociales avanzadas	Adquiere y/o refuerza habilidades para disculparse y convencer a los demás.	· Retroalimentación: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de su presentación: gestos, expresión oral correcta, adecuada improvisación, etc. · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en los ejercicios realizados: gestos, expresión oral, improvisación, etc. · Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados. · Tarea para casa: Verán el video “El peligro de las redes sociales” y enviarán un video leyendo la historia que les tocó, con la entonación y expresión adecuada.	

ÁREA II: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

N.º	SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
				· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “El peligro de las redes sociales” · Instrucciones y modelado: Se pidieron 7 globos para esta sesión, se Inflarán los 5 globos (2 de repuesto) y se escribirá un número y una frase	

17 y 18

**Habilidades
relacionadas
con los
sentimientos**

Adquiere y/o refuerza habilidades para conocer sus propios sentimientos, expresarlo y comprender los sentimientos de los demás.

en cada uno: 1. mis películas, 2. Mis paseos 3. Mis amigos, 4. Mi familia y 5. Mi vida privada. Se les conversará de la importancia de cada uno de esos temas y se les enseñará lo que deben hacer con cada uno. La consigna final es no dejarlos reventar ni caer al suelo.

- Ensayo conductual: lanzan el globo 1 (mis películas) al aire, jueguean y bailan con él; al sonido indicado lanzan el globo 2 Mis paseos y diversiones) y no dejan de jugar con ellos, y así sucesivamente hasta el globo 5 sin parar, deben mantener los cinco globos en el aire. Luego comparan con las redes sociales y reflexionarán sobre la importancia de guardar nuestra información, nuestra familia, nuestra privacidad, etc. Sabrán que al exponer todo, luego se hará muy difícil controlar ello. Se les expondrá y manifestarán experiencias propias y ajenas sucedidas en las redes y compartirán sus sentimientos en cuanto a situaciones reales e hipotéticas de esta problemática.
- Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de sus opiniones e ideas con respecto al tema.
- Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en nuestras vidas con respecto al uso de las redes sociales.
- Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados.
- Tarea para casa: Verán el video “El valor de aceptarte como eres”

- Instrucción
- Modelado
- Juego de roles y/o ensayo conductual
- Retroalimentación
- Reforzamiento
- Transferencia de la conducta social.

ÁREA I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
19 y 20	Primeras habilidades sociales	Adquiere la habilidad de escuchar, presentarse, presentar a otras personas y dar las gracias.	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “El valor de aceptarte cómo eres” · Instrucciones y modelado: Se separa al grupo del programa en grupos, se divide el Zoom en salas, según los equipos y se organizan para desarrollar el teatro: “Una apuesta donde gana la autoestima” con las instrucciones y ejemplos mostrados. · Ensayo conductual: Ponen en práctica la obra, siguiendo las indicaciones dadas, cada grupo realizará la presentación y saludo de cada uno de sus participantes, así como el agradecimiento respectivo. · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes aspectos de sus opiniones e ideas con respecto al tema, presentación, voz, entonación, etc. · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en el ejercicio trabajado. · Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados. · Tarea para casa: Verán el video “La cadena de la empatía” y envían un video con el poema que les tocó a cada uno, resaltando: voz, entonación, gestos y movimientos, además saludo, presentación y agradecimiento.	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.

ÁREA V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

N.º	SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
21 y 22		Habilidades para hacer frente al estrés	Adquiere y/o refuerza habilidades como responder a la persuasión, prepararse para una conversación difícil, hacer	· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “Cadena de empatía” · Instrucciones y modelado: Se tendrá una lista con profesiones, oficios y ocupaciones numerados, los alumnos estarán agrupados de tres, cuando le toque el turno a cada trío elegirán un número que indicará la profesión, oficio u ocupación, a lo que uno de ellos dibujará rápidamente en un papel y los compañeros le preguntarán ¿Quién eres?, ¿qué haces? ¿Qué quieres de los ciudadanos?, ¿de qué manera te puedo ayudar?, ¿cómo mejorarías el mundo? ¿Qué me respondes si te digo que puedes hacer mal tu trabajo porque igual te van a pagar? · Ensayo conductual: Ponen en práctica la dinámica mostrada, por ejemplo: ¿Quién eres? Soy barrendero, ¿qué haces? me encargo de mantener limpia la ciudad, ¿Qué quieres de los ciudadanos? Quisiera que todos cuiden las calles y parques, ¿de qué manera te puedo ayudar? Me ayudarías enseñando esas buenas costumbres a otros, ¿cómo mejorarías el mundo? Siendo honesto en mi trabajo y haciendo lo mejor para mejorar cada día, ¿qué me respondes si te digo que puedes hacer mal tu trabajo porque igual te van a pagar?	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia de la conducta social.

frente a presiones de grupo, entre otras	Siempre haré bien mi trabajo porque me hace sentir orgullo por mí mismo y porque quiero un mejor país. Cada uno de estas preguntas se realizan con las diferentes ocupaciones que se presentan. · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando las diversas respuestas que resultaron de manera creativa y espontánea con respecto a dar un mensaje de aliento, superación, empatía, trabajo · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en el ejercicio trabajado, etc. sobre las diferentes carreras, oficios, profesiones y cargos laborales en nuestro país. · Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados. · Tarea para casa: Verán el video “Video reflexión (La amistad)” y envían un video con el poema que les tocó a cada uno, resaltando: voz, entonación, gestos y movimientos, además saludo, presentación y agradecimiento.
--	---

ÁREA VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

N.º				
SESIÓN	HABILIDADES SOCIALES	OBJETIVOS	PROCEDIMIENTOS	TÉCNICAS
			· Reforzamiento de valores: Reflexión, diálogo y lluvia de opiniones sobre el video visto en casa: “Video reflexión (La amistad)”	

23 y 24 Habilidades de planificación.	Adquiere y/o refuerza habilidades como tomar iniciativa. Establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, tomar decisiones, concentrarse en una tarea, entre otras.	· Instrucciones y modelado: Vemos juntos el video: ¿YCuál Es El Sentido De La Vida? Hermoso Cortometraje (Weeds). Se les indica y demuestra para que recorten y peguen círculos de colores completando el contenido de los frutos de “Mi proyecto de vida” Y completarán el post test. · Ensayo conductual: (PDF-7A y PDF-7B) con información genérica, no específica, por ejemplo: Soy un joven estudiante de 3.º de secundaria, mi misión es lograr mis metas para ser feliz, ayudar a mi familia y ser muy útil para mi sociedad, etc. (Todo ello será explicado antes de empezar a llenar) completarán la planificación de su proyecto de vida, pensando en su bienestar, el de su familia, su sociedad, país y planeta. · Reforzamiento: Se realiza el refuerzo positivo a los participantes resaltando diferentes respuestas y acciones desarrolladas y trabajadas. · Retroalimentación: indicando puntos de mejora que se pueden dar en el ejercicio trabajado. · Transferencia: Poniendo en práctica, cada uno de sus aprendizajes compartirán con su familia los ejercicios realizados. · Tarea para casa: Colocar “Mi proyecto de vida en un lugar visible de su habitación.	· Instrucción · Modelado · Juego de roles y/o ensayo conductual · Retroalimentación · Reforzamiento · Transferencia conducta social
--	---	--	---

Instrumento 2:

Nombre	: Lista de chequeos de habilidades sociales.
Autora / año	: Goldstein, A. (1989)
Origen	: Estados Unidos
Adaptación en Perú	: Ambrosio (1995)
Objetivo	: Conocer las capacidades y deficiencias que el individuo tiene en sus habilidades sociales.
Administración	: Individual y grupal
Tiempo de aplicación	: 30 minutos aproximadamente
Dirigido a	: Adolescentes de 12 a más años.
N° de ítems	: 50

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Goldstein (1989)

Instrucciones:

A continuación, te presentamos una tabla con diferentes aspectos de las “*Habilidades Sociales Básicas*”. A través de ella podrás determinar el grado de desarrollo de tu “*Competencia Social*” Señala el grado en que te ocurre lo que indican cada una de las cuestiones, teniendo para ello en cuenta:

Nunca = 1; Muy pocas veces = 2; Alguna vez = 3; A menudo = 4; y Siempre = 5

HABILIDADES SOCIALES		1	2	3	4	5
1	Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo.					
2	Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes.					
3	Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos.					
4	Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada.					
5	Permites que los demás sepan que les agradeces los favores.					
6	Te das a conocer a los demás por propia iniciativa.					
7	Ayudas a que los demás se conozcan entre sí.					
8	Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza.					
9	Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad.					
10	Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad.					

11	Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica.					
12	Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente.					
13	Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal.					
14	Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona.					
15	Intentas reconocer las emociones que experimentas.					
16	Permites que los demás conozcan lo que sientes.					
17	Intentas comprender lo que sienten los demás.					
18	Intentas comprender el enfado de la otra persona.					
19	Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos.					
20	Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo.					
21	Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa.					
22	Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada.					
23	Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás.					
24	Ayudas a quien lo necesita.					
25	Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes.					
26	Controlas tu carácter de modo que no se te “escapan las cosas de la mano”.					
27	Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura.					
28	Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas.					
29	Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas.					
30	Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte.					

31	Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución.					
32	Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien.					
33	Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado.					
34	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido.					
35	Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento.					
36	Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo.					
37	Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer.					
38	Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro.					
39	Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen.					
40	Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación.					
41	Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática.					
42	Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta.					
43	Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante.					
44	Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control.					
45	Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea.					
46	Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea.					
47	Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información.					

48	Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero.					
49	Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor.					
50	Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo.					

Anexo 3. Asentimiento informado

Estimado/a estudiante:

En la actualidad me encuentro realizando una investigación sobre el tema: EFECTO DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO JUVENTUD PRESENTE Y FUTURO EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN LIMA. por eso quisiera contar con tu valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de un cuestionario que deberán ser completados con una duración de aproximadamente 20 minutos. Los datos recogidos serán tratados confidencialmente y utilizados únicamente para fines de este estudio.

De aceptar participar en la investigación, debes firmar este documento como evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a las preguntas que aparecen en los cuestionarios, solo debe levantar la mano para solicitar la aclaración y se te explicará cada una de ellas personalmente.

Gracias por tu gentil colaboración.

Acepto participar voluntariamente en la investigación: Si No

Lugar: Fecha: / /

FIRMA DE LA PARTICIPACIÓN

Anexo 4. Reporte de software anti-plagio

GABY VILLENA CHUMBIAUCA

INFORME DE ORIGINALIDAD

22%

INDICE DE SIMILITUD

22%

FUENTES DE INTERNET

9%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

5%

2

repositorio.autonoma.edu.pe

Fuente de Internet

4%

3

repositorio.urp.edu.pe

Fuente de Internet

3%

4

hdl.handle.net

Fuente de Internet

2%

5

repositorio.uigv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

revistas.autonoma.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

7

repositorio.unheval.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

8

tesis.ucsm.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

9

repositorio.unh.edu.pe

Fuente de Internet

<1%