

PROGRAMA DE
HABILIDADES SOCIALES
EN ESTUDIANTES DE
SECUNDARIA DE UNA
INSTITUCIÓN
EDUCATIVA
DE LIMA SUR-2023

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA SUR-2023



Programa de Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Sur-2023

© María Isabel Condori Apaza (Coord.)

© Universidad Autónoma del Perú S. A.
Panamericana Sur Km. 16.3 Villa El Salvador.
Lima, Perú (01) 715 3335
www.autonoma.pe
fondo.editorial@autonoma.pe
Primera edición digital: diciembre de 2023

Edición general: Fondo Editorial de la Universidad Autónoma del Perú
Diseño de portada: Universidad Autónoma del Perú
Diagramación y cuidado de textos: Liz Kathy Antezana Izquierdo
Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta publicación sin autorización expresa de la Universidad Autónoma del Perú S. A.

Programa de Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Sur-2023

Nancy Mercedes Capacyachi Otárola^[1]
<https://orcid.org/0000-0003-4462-1557>
ncapacyachio@autonoma.edu.pe

María Isabel Condori Apaza^[1]
<https://orcid.org/0000-0002-9683-336X>
MCONDORIA9@autonoma.edu.pe

Silvia Merleny Fernández Melo^[1]
<https://orcid.org/0000-0003-0135-2545>
SFERNANDEZ26@autonoma.edu.pe

^[1]Universidad Autónoma del Perú

I. Línea de Acción de RSU, Investigación y ODS relacionados

Línea de acción RSU: Salud y bienestar.

Investigación: Persona, Sociedad, Empresa y Estado.

ODS 3: Salud y bienestar.

II. Objetivos

Objetivo general:

- Psicoeducar sobre las habilidades sociales en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.

Objetivos específicos:

- Fomentar las habilidades básicas en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.
- Potenciar las habilidades avanzadas en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.
- Incrementar las habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.
- Desarrollar las habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.

- Acentuar las habilidades sociales de planificación en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.
- Fortalecer las habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes de instituciones educativas de Lima-Sur, 2023.

III. Descripción de la ejecución

El proyecto se realizó desde septiembre a diciembre, contando con un total 6 de programas, en las cuales se llevó a cabo 10 sesiones en cada programa. Las instituciones que fueron beneficiadas son las siguientes: I.E. Nuestro señor de la misericordia: Sector 2 Grupo 6, Mz. P, lote 21, Villa El Salvador, I.E. Enrique López Albújar: Sta. Beatriz 395, Villa María del Triunfo, I.E. República de Bolivia: Sector 1 - Grupo 13 Villa El Salvador 42 Villa El Salvador, I.E. Santa Isabel, Chorrillos, I.E. Max Uhle, Villa El Salvador, I.E. La buena esperanza, Villa El Salvador; contando con un público beneficiario directo de 165 estudiantes e indirectos de 750. Los recursos que se utilizaron fueron los materiales de escritorio otorgados por el área de RSU.

IV. Actividades realizadas

Las actividades que se realizaron en la elaboración del proyecto previas coordinaciones con los docentes encargados del curso fueron las siguientes:

ACTIVIDAD	% de avance
Entrevista al representante de la institución	100%
Creación del título del proyecto	100%
Elaboración de realidad problemática	100%
Búsqueda de Marco teórico	100%
Planteamiento de objetivos	100%
Justificación	100%
Importancia	100%
Sesiones/actividades	100%
Presupuesto	100%
Revisión de instrumentos de medición	100%
Entrega del proyecto	100%
Exposición del programa a aplicar	100%
Gestión de permiso para aplicación de pruebas	100%

ACTIVIDAD	% de avance
Entrega de consentimiento informado a los participantes	100%
Aplicación de instrumentos (pre-test)	100%
Ejecuciones de sesiones del programa preventivo	100%
Aplicación de instrumentos (pos-test)	100%
Procesamiento de resultados	100%
Redacción de resultados	100%
Elaboración de conclusiones y recomendaciones	100%
Entrega de informe final	100%
Exposición de informe final	100%

Los resultados que se obtuvieron fueron los siguientes:
La variable Habilidades sociales

Pre test

Disciplina positiva		
	n	f
Alta	30	18%
Media	46	28%
Baja	89	54%
Total	165	100%

Post test

Disciplina positiva		
	n	f
Alta	119	72%
Media	29	18%
Baja	17	10%
Total	165	100%

Las dimensiones de las Habilidades sociales

Pre test

	Primeras habilidades sociales		Habilidades sociales avanzadas		Habilidades relacionadas con los sentimientos		Habilidades alternativas		Habilidades para hacer frente al estrés		Habilidades de planificación	
	n	f	n	f	n	f	n	f	n	f	n	f
Alto	32	19%	30	18%	28	17%	33	20%	26	16%	29	18%
Medio	44	27%	56	34%	52	32%	38	23%	41	25%	47	28%
Bajo	89	54%	79	48%	85	51%	94	57%	98	59%	89	54%
Total	165	100%	165	100%	165	100%	165	100%	165	100%	165	100%

Post test:

	Primeras habilidades sociales		Habilidades sociales avanzadas		Habilidades relacionadas con los sentimientos		Habilidades alternativas		Habilidades para hacer frente al estrés		Habilidades de planificación	
	n	f	n	f	n	f	n	f	n	f	n	f
Alto	120	73%	111	67%	129	78%	112	68%	131	79%	110	67%
Medio	30	18%	32	19%	18	11%	26	16%	28	17%	37	22%
Bajo	15	9%	22	14%	18	11%	27	16%	6	4%	18	11%
Total	165	100%	165	100%	165	100%	165	100%	165	100%	165	100%

V. Evaluación de resultados

Los resultados nos indican que sí hubo una mejoría en cuanto a las habilidades sociales, pues se evidencia que en la variable Habilidades sociales en "Alto" pasó de 30 estudiantes que representan el 18% a 119 estudiantes que representan el 72%, en "medio" de 46 (28%) a 29 (18%) y en "bajo" de 89 (54%) a 17 (10%) lo cual indica una mejoría en dicha variable, lo mismo se puede evidenciar en cada una de las dimensiones de las habilidades sociales.

En cuanto a la autoevaluación, los estudiantes indicaron que se sienten más capacitados en cuanto a la implementación de programas y elaboración de sesiones, así como la búsqueda de información para la realización de cada sesión, las dificultades al inicio fue la búsqueda del centro que facilite la aplicación del programa, pero resuelto ello, se desarrolló sin dificultades.

Así también los beneficiarios mostraron su agradecimiento por la aplicación del programa pues se sentían con mejores herramientas para relacionarse con sus compañeros.

VI. Análisis del impacto de la ejecución

El impacto se puede medir con la aplicación del pre y post test, los cuales nos arrojaron resultados satisfactorios en cuanto a la implementación del programa.

Nuestras metas fueron:

- Mejorar las habilidades sociales en un 85 % en los estudiantes de instituciones educativas
- Aplicar instrumentos antes y después del programa con el fin de medir la mejora del 85%
- Implementar un programa promocional que logre fomentar y mejorar las habilidades sociales en los estudiantes.
- Promover la práctica progresiva de las habilidades sociales por medio del reconocimiento de las propias conductas y la influencia en los demás.
- Lograr el aumento de las habilidades sociales en 3 meses.

Los cuales fueron alcanzados sin dificultad.

En cuanto a la dificultad al momento de la intervención podría indicar que en las primeras sesiones había poca participación de los estudiantes, pero luego fue mejorando y hubo participación activa en todo momento. También en los estudiantes que aplicaron el programa fue notándose un aumento en cuanto a su confianza y entusiasmo en las aplicaciones de las sesiones.

Las competencias que se destacaron fueron:

- Aplica técnicas, procedimientos y estrategias psicológicas.
- Diagnostica la problemática psicológica.
- Diseña y aplica programas de intervención psicológica.
- Liderazgo efectivo.
- Ética y responsabilidad social.
- Aprender a aprender.
- Emprendimiento.

VII. Conclusiones

- Se ha logrado brindar herramientas sobre las habilidades sociales que le permite a los estudiantes tener un clima escolar agradable y saludable.
- En cuanto a las habilidades básicas se logró fomentar habilidades como escuchar, iniciar una conversación, dar las gracias y hacer un elogio.
- En cuanto a las habilidades avanzadas se logró potenciar habilidades

como pedir ayuda, dar y seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás.

- En cuanto a las habilidades relacionadas con los sentimientos se incrementó poder expresar los sentimientos, conocer los propios sentimientos y comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y auto recompensarse.
- En cuanto a las habilidades alternativas a la agresión se logró desarrollar habilidades como pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.
- En cuanto a las habilidades para hacer frente al estrés se fortaleció habilidades como formular una queja, mostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, defender a un amigo, responder al fracaso, responder ante una acusación y hacer frente a las presiones del grupo.
- En cuanto a las habilidades de planificación se promovió tomar decisiones realistas, establecer un objetivo, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión eficaz y concentrarse en una tarea.

VIII. Recomendaciones

- Para las habilidades sociales, se recomienda impartir conferencias, talleres y seminarios a los padres de familia para que puedan brindar orientaciones adecuadas y a los estudiantes impartir más proyectos para que no pierdan lo ya ganado con la aplicación del presente programa.
- Para las habilidades básicas se recomienda dentro de clases cultivar las palabras mágicas y promover elogios de parte de los mismos estudiantes luego de exposiciones o un logro alcanzado por sus compañeros.
- Para las habilidades avanzadas se recomienda tener espacios de interacción grupal donde puedan aplicar dinámicas relacionadas al tema.
- Para las habilidades relacionadas con los sentimientos se recomienda realizar talleres de inteligencia emocional.
- Para las habilidades alternativas a la agresión se recomienda realizar role-playing con los estudiantes para colocarlos de forma ficticia en casos donde se aplique dichas habilidades.
- Para las habilidades para hacer frente al estrés se recomienda practicar técnicas de relajación e implementar actividades deportivas o artísticas.
- Para las habilidades de planificación se recomienda realizar su proyecto de vida y enumerar por orden de prioridades sus actividades escolares.

Anexos

Desarrollo de actividades con charlas interactivas







Feria RSU



Stand de información sobre el “Programa de Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Sur-2023” en la feria de RSU



Fecha: 25 noviembre de 2023



Hora: 9:00 a. m. Lima.

© Universidad Autónoma del Perú S. A.
Panamericana Sur Km. 16.3 Villa El Salvador. Lima, Perú
(01) 715 3335
www.autonoma.pe
fondo.editorial@autonoma.pe