UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO

FACULTAD DE CIENCIAS HISTORICO SOCIALES Y EDUCACION

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA DE MAESTRIA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION CON MENCION EN INVESTIGACION Y DOCENCIA

TESIS

Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 4º año de secundaria de la I.E. N° 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" Distrito de la Arena - Piura - 2013.

Presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación con mención en Investigación y Docencia.

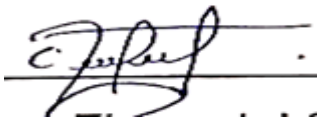
Investigador: **Caceda Carrera, Luisa Del Socorro.**
Asesor: **Mg. Evert José fernández Vásquez**.

Lambayeque, 26 de febrero del 2020

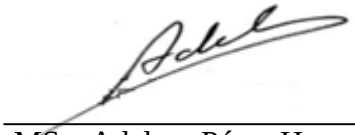
PERU

Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 4º año de secundaria de la I.E. N° 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" distrito de la Arena – Piura -2013

Tesis presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación con mención en Investigación y Docencia



Caceda Carrera, Luisa Del Socorro.
Investigadora



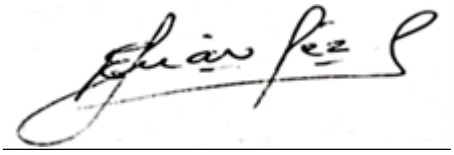
MSc. Adelmo Pérez Herrera
Presidente



MSc. Lolo Avellaneda Callirgos
Secretario



MSc. Walter Arriaga Delgado



MSc. Evert José Fernández Vásquez
Asesor

Nº 000187

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Siendo las 16.30 horas del día 26 de febrero del año dos mil veinte, en la Sala de Sustentaciones de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo" de Lambayeque, se reunieron los miembros del jurado, designados mediante Resolución N° 0405-2020 D-FACHSE, de fecha 20/02/2020 conformado por:

M.Sc. Adelmo Perez Herrera — PRESIDENTE(A)
M.s.c. Lolo Avellaneda Callirgos. — SECRETARIO(A)
M.Sc. Walter Arriaga Delgado — VOCAL
M.Sc. Evert Fernandez Vasquez — ASESOR(A)

con la finalidad de evaluar la tesis titulada Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes del 4to año de Secundaria de la I.E.N.; 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" Distrito de la Arena - Piura - 2013

presentado por el (la) / los (las) tesista(s) Luisa del Socorro Caceda Carrera

sustentación que es autorizada mediante Pesolución N° 0405-2020-D-FACHSE, de fecha 20/02/2020

El Presidente del jurado autorizó el inicio del acto académico; producido y concluido el acto de sustentación de tesis, de conformidad con el Reglamento de la Unidad de Posgrado de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Artículos 97°, 98°, 99°, 100°, 101°, 102°, y 103°; los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo una serie de preguntas y recomendaciones a la sustentante(s), quien ____ procedieron a dar respuesta a las interrogantes y observaciones, quien(es) obtuvo (obtuvieron) 16 puntos que equivale al calificativo de Bueno

En consecuencia el (la) / los (las) sustentante(s) queda(n) apto (s) para obtener el Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación con Mención en Investigación y Docencia

Siendo las 18:18 horas del mismo día, se da por concluido el acto académico, firmando la presente acta.

PRESIDENTE — SECRETARIO

VOCAL — ASESOR

Observaciones: _____

CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, MSC. EVERT JOSÉ FERNÁNDEZ VÁSQUEZ, usuario revisor de la Tesis titulada:

Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 4º año de secundaria de la I.E. N° 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" distrito de la Arena – Piura -2013

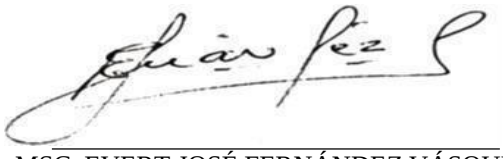
Cuyo autor es, Caceda Carrera, Luisa del Socorro

Identificado con DNI 41111049. declaro que la evaluación realizada por el programa informático, ha arrojado un porcentaje de similitud de 17 % verificable en el Resumen de Reporte automatizado de similitudes que se acompaña.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del porcentaje de similitud permitido no constituye plagio y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecidas en los protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 27 de MARZO del 2024



MSC. EVERT JOSÉ FERNÁNDEZ VÁSQUEZ
DNI: 16690483
ASESOR

Se adjunta:
*Resumen del Reporte automatizado de similitudes
*Recibo Digital

Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 4º año de secundaria de la I.E. N° 14127 “Dora Jacinta Zapata de Zegarra” del distrito de la Arena – Piura - 2013

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%	7%	4%	3%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	9%
2	fdocuments.ec Fuente de Internet	4%
3	1library.co Fuente de Internet	3%
4	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD Trabajo del estudiante	1%
6	docplayer.es Fuente de Internet	1%
7	psicologiaymente.com Fuente de Internet	1%

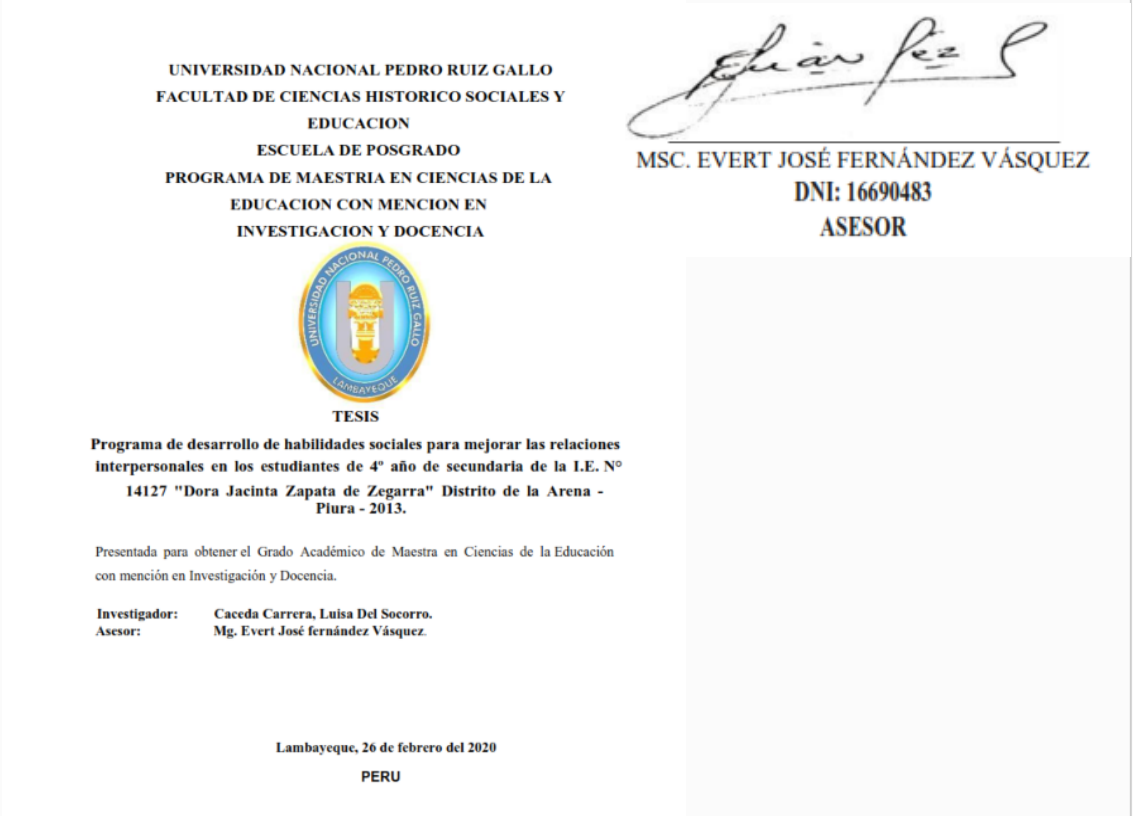
es.scribd.com

Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author:	Caceda Carrera, Luisa Del Socorro.
Assignment title:	Turnitin
Submission title:	TESIS FINAL-LUISA CACEDA.24NOVIEMBRE2025.docx
File name:	TESIS_FINAL-LUISA_CACEDA.24NOVIEMBRE2025.docx
File size:	3.25M
Page count:	77
Word count:	13,171
Character count:	73,978
Submission date:	23-Oct-2025 11:14AM (UTC-0400)
Submission ID:	2790166195



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTORICO SOCIALES Y EDUCACION
ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA DE MAESTRIA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION CON MENCION EN INVESTIGACION Y DOCENCIA

MSC. EVERT JOSÉ FERNÁNDEZ VÁSQUEZ
DNI: 16690483
ASESOR

TESIS

Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 4° año de secundaria de la I.E. N° 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" Distrito de la Arena - Piura - 2013.

Presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la Educación con mención en Investigación y Docencia.

Investigador: Caceda Carrera, Luisa Del Socorro.
Asesor: Mg. Evert José fernández Vásquez.

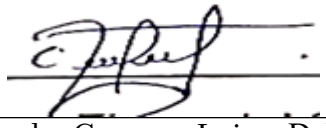
Lambayeque, 26 de febrero del 2020
PERU

Copyright 2025 Turnitin. All rights reserved.

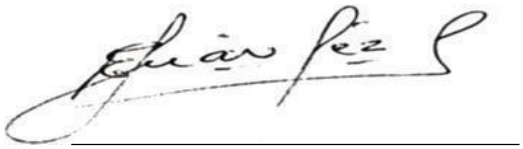
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Caceda Carrera, Luisa Del Socorro investigadora principal, y . Evert José Fernández Vásquez asesor del trabajo de investigación **Programa de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes de 4º año de secundaria de la I.E. N° 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" distrito de la Arena – Piura - 2013.** Declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrará lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiera lugar. Que pueda conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, 29 Enero 2023



Caceda Carrera, Luisa Del Socorro
Investigadora



MSc. Evert José Fernández Vásquez
Asesor

DEDICATORIA

A Dios por darme la vida y a mi familia por
su preocupación y comprensión.

AGRADECIMIENTO

A mi institución Educativa por hacer posible esta investigación.

INDICE

RESUMEN

INTRODUCCION

CAPÍTULO II: DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes 25

1.2. Bases teóricas 30

1.2.1. Teorías de Bandura y el aprendizaje social 31

1.2.2. Las Inteligencias múltiples de Howard Gardner 35

1.2.3. Nathaniel Branden y los siete pilares de la Autoestima 37

1.2.4. La Relación Interpersonal y las Relaciones interpersonales 45

1.3. Marco Conceptual 51

CAPITULO II: DISEÑO METODOLOGICO

2.1.1. Tipo de Investigación 21

2.1.2. Diseño de investigación 21

2.1.3. Población y muestra 22

2.1.4. Métodos y técnicas e instrumentos de investigación 22

CAPÍTULO III: RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN 53

3.1. Análisis e interpretación de los datos 53

3.2. Propuesta Teórica 64

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 83

Conclusiones 84

Recomendaciones 85

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 86

ANEXOS 88

.

RESUMEN

Se realizó el presente trabajo de investigación con el objetivo Diseñar y Aplicar el programa de habilidades Sociales para mejorar las Relaciones Interpersonales en los estudiantes de 4º año de Secundaria de la I.E. N° 14127 Dora Jacinta Zapata Zegarra distrito de La Arena - Piura.

En este estudio se formula la hipótesis a defender de la siguiente manera Si se diseña y se aplica el Programa de Habilidades Sociales, sustentado en la teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner, Aprendizaje Social de Albert Bandura y la teoría Nathaniel Branden Entonces, se mejorará las Relaciones Interpersonales en los estudiantes de 4to. Grado de educación secundaria de La Arena, contribuyendo a la construcción de relaciones sociales agradables, toma de decisiones y trabajo en equipo en la I.E. Dora Jacinta Zapata de Zegarra.

Se espera con el presente estudio contribuir de manera eficaz con el desarrollo del conocimiento científico en el área de Personal Social y que permita ayudan a mejorar el rendimiento académico en los estudiantes desarrollando la inteligencia inter e intra personal.

Palabras clave: Habilidades Sociales, Inteligencias Múltiples

ABSTRACT

The present research work was carried out with the objective of Designing and Applying the Social Skills Program to improve Interpersonal Relationships in the students of 4th grade of Secondary School of the I.E. N° 14127 Dora Jacinta Zapata Zegarra district of La Arena - Piura.

In this study the hypothesis to be defended is formulated as follows If the Social Skills Program is designed and applied, based on the theory of Multiple Intelligences of Howard Gardner, Social Learning of Albert Bandura and the Nathaniel Branden theory, Interpersonal Relationships will be improved in the students of 4th grade of secondary education of La Arena, contributing to the construction of pleasant social relationships, decision making and teamwork in the I.E. Dora Jacinta Zapata de Zegarra.

The present study is expected to contribute effectively to the development of scientific knowledge in the area of Social Personnel and to help improve the academic performance of students by developing inter and intra personal intelligence.

Key words: Social Skills, Multiple Intelligences.

INTRODUCCIÓN

Las habilidades sociales son las Conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

Su inclusión se justifica por su aporte a la educación integral, que debe velar por que todo estudiante desarrolle las competencias que va a necesitar a lo largo de su vida para su realización personal, profesional y social, y, en este sentido, las habilidades sociales pueden considerarse como una competencia básica entre las básicas.

La presente investigación tiene el propósito de Aplicar el programa de habilidades Sociales para mejorar las Relaciones Interpersonales en los estudiantes de 4º año de Secundaria de la I.E. N° 14127 Dora Jacinta Zapata Zegarra distrito de La Arena - Piura.

El Diseño de investigación responde al método cuasi-experimental, porque tiene el objeto de comprobación de la hipótesis a través del uso de experimentos como método de investigación y nos que permitirá manipular, controlar las estrategias y observar los efectos que produce el programa en los estudiantes de la I.E. En este estudio se formula la hipótesis a defender de la siguiente manera Si se diseña y se aplica el Programa de Habilidades Sociales, sustentado en la teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner, Aprendizaje Social de Albert Bandura y la teoría Nathaniel Branden Entonces, se mejorará las Relaciones Interpersonales en los estudiantes de 4to. Grado de educación secundaria de La Arena

Este estudio se divide en tres capítulos de la siguiente manera:

El primer capítulo se denomina Análisis del objeto de estudio, donde establece la ubicación del objeto de estudio, en este caso la ubicación y el contexto socio cultural del objeto de estudio lo que nos permitirá situarnos en la realidad espacial donde se desarrolla el estudio y poder comprender el comportamiento de los actores sociales, valores, códigos y los diversos componentes culturales del lugar.

El segundo capítulo denominado Marco teórico de la Investigación se describe y analiza los diversos estudios científicos, antecedentes de la investigación que se desarrollan sobre el tema, para posteriormente sentar las bases teóricas en las que se basa la investigación. En este caso tomando a Howard Gardner, psicólogo, investigador y profesor de la Universidad de Harvard, conocido en el ámbito científico por sus investigaciones en el análisis de las capacidades cognitivas y por haber formulado la teoría de las inteligencias múltiples, la que lo hizo acreedor al Premio Príncipe de Asturias de Ciencias Sociales y la teoría de Nathaniel Branden.

Por último, el tercer capítulo denominado Resultados de la Investigación, donde se exponen los hallazgos y efectos de la aplicación del programa de Habilidades sociales, además de la explicación detallada de la propuesta teórica, seguido de las conclusiones y recomendaciones para el mejoramiento de la investigación.

Agradezco a las personas que apoyaron en la realización del estudio, por la bondad de su tiempo, espacio, dedicación y por contribuir indirectamente con el avance científico, que va en beneficio de nuestra institución educativa y de nuestro sistema educativo nacional.

CAPÍTULO I: DISEÑO TEORICO

1.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN:

Coronel, I. (2009) En su Tesis "Influencia del programa "aprendamos a ser mejores personas" en el fortalecimiento de lasHabilidades Sociales de los niños y niñas del 5º grado de Educación Primaria" desarrollada en Piura, concluye indicando que existe un grado de efectividad en la aplicación el programa estableciéndose significativamente que los niños y niñas del 5º grado de primaria de la de la Institución educativa "Ramón Castilla Marquezado" del distrito de Castilla – Piura presentaban un bajo nivel de habilidades sociales antes de la investigación.

Señala que los alumnos y alumnas no lograron alcanzar a fondo las capacidades pero destacaron en el desarrollo de la capacidad de promover el compañerismo, la asertividad y las buenas relaciones sociales entre compañeros del aula, el colegio y su familia.

Camacho, L. (2012) por su parte en su tesis denominada "ElJuego Cooperativo como promotor de habilidades sociales en niñas de 5 años". Concluye que El Juego Cooperativo brinda espacios a las alumnas para poner en práctica sus habilidades sociales, destrezas de organización y mejora los niveles de comunicación entre los participantes.

También indica que los juegos cooperativos promovidos en el aula constituyen una alternativa para mejorar las habilidades sociales entre el grupo de alumnas, promoviendo un clima adecuado en el aula.

Establece también que la metodología de trabajo del programa de juegos cooperativos tiene como pilares el uso adecuado de las habilidades sociales y la comunicación. Por los juegos presentados poseen un carácter eminentemente lúdico e implican el trabajo cooperativo entre sus integrantes para lograr un objetivo, y el cual asegura un papel activo del participante. Supone una secuencia de juegos, los cuales incluyen reglas, materiales y espacios determinados.

Por su parte Choque, R. (2006) en su tesis de Maestría "Eficacia del Programa Educativo de habilidades para la vida de adolescentes de una Institución Educativa del distrito de Huancavelica" establece que existe un incremento significativo en las habilidades de asertividad y comunicación, desarrollando programas educativos para desarrollar habilidades sociales, sin tener en cuenta sexo, edad, utilizando estrategias metodológicas activas, participativas en el área de Tutoría Escolar.

Empezaremos estableciendo las definiciones del concepto de Habilidad social, que nos brindan las investigaciones desarrolladas en este tema.

Existen diversos conceptos entorno a esta temática como: competencia social, habilidad social, desempeño social, habilidades para la interacción, habilidades de relación interpersonal, habilidades interpersonales, inteligencia social, aprendizaje estructurado, etc; como puede observarse hay una gran heterogeneidad de conceptos en torno a las habilidades sociales, por otro lado se percibe que se utilizan capacidad y habilidad como sinónimo, sin embargo, en la revisión de la literatura se encontró una diferencia entre habilidades sociales y capacidad social.

Como primer punto se expondrán diferentes definiciones con respecto a la competencia social, para esclarecer dicha diferencia.

McFall, (citado por Del Prette y Del Prette, 2002) aluden que “es un término evaluativo, refleja el juicio de alguien con base en un criterio, de que el desempeño de una persona en una tarea es adecuado” (p.35).

Yeates y Selman, (1989 citados por Trianes, Muñoz y Jiménez, 1997) la describen como “habilidades socio-cognitivas y de conocimiento, incluyendo la capacidad de control emocional, que median los comportamientos específicos que son juzgados por otros y por el propio sujeto, como afectivos e idóneos contribuyendo al desarrollo de un adecuado ajuste social” (p.25).

Por su parte, en 2009, Pérez la define como “la adecuación de las conductas sociales a un determinado contexto social. Implica juicios de valor y éstos son distintos de unos contextos culturales a otros, ya que cada uno tiene normas y valores. La competencia social es el impacto de los comportamientos específicos (habilidades sociales) sobre los agentessociales del entorno” (p. 39).

Las definiciones anteriores concuerdan en dos aspectos de manera general: a) el concepto de competencia social es más amplio que el de habilidades sociales y b) las tres definiciones mencionan que la competencia social es de carácter evaluativo. Trianes, Muñoz y Jiménez, en 1997 señalan que la competencia social guarda relación con otras competencias generales, éstas constituyen la base para el bienestar psicológico que protege de estresores como el fracaso escolar.

Por su parte, Del Prette y Del Prette 2002, sugieren que una de las diferencias entre competencia y habilidad social es que la primera es en sentido evaluativo (autoevaluativo o evaluada por otros) y la habilidad social es con sentido descriptivo.

De la misma manera, algunos de los conceptos que se encontraron de habilidades sociales son los siguientes:

Pérez, I (2009) las define como: "Son capacidades o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea. Se refieren a estrategias seleccionadas por la persona y los niveles de habilidad demostrados a este respecto en respuesta a las demandas situacionales de las tareas encontradas en las actividades diarias" (p.40).

Para Caballo (1986, 1993; citado por Pérez, I. en 2009) son "un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas" (p.25).

Kelly (1982; citado por Pérez, I. 2009) comenta que son "aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener refuerzos del ambiente (p. 26).

Monjas (1993; citado por Pérez, I. 2009) señala que son "Capacidades específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole personal. Son conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria. Homologa las habilidades sociales con laexpresión "habilidades de interacción social… entendemos que las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos que se ponen en juego en la interacción con otras personas" (p.27).

Para Gil (1993; citado por Pérez, I., 2009) "son conductas que se manifiestan en situaciones interpersonales; estas conductas son aprendidas y, por tanto, pueden ser enseñadas. Estas conductas se orientan a la obtención de distintos tipos de reforzamiento, tanto del ambiente

(consecución de objetivos materiales o refuerzos sociales) como autorefuerzos" (p.25).

Alberti y Emmons (1978; citados por Pérez, I., 2009), consideran una habilidad social como: "la conducta que permite a una persona defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás" (p.25).

Pelechano (1989; citado por Pérez, I., 2009) las explica como "Un patrón complejo de respuestas que llevan a un reconocimiento social por parte de los demás y resultan ineficaces para ejercer un autocontrol personal así como una influencia (directa o indirecta) sobre los demás, con la utilización de medios y procedimientos permisibles" (p. 27).

Phillips (1978; citado por Pérez, I., 2009) comenta que son "El grado en que una persona se puede comunicar con los demás de una manera que satisfaga los propios derechos, necesidades, placeres y obligaciones, hasta un grado razonable sin dañar los derechos… con los demás en un intercambio libre y abierto" (p.27).

Como se pudo observar son diversas las definiciones de habilidades sociales, cada autor las define de diferente manera; sin embargo, no se puede perder de vista que en su mayoría los autores comentan que son: conductas de los individuos que se dan en un contexto interpersonal y en respuesta a una situación determinada, estos tres elementos se encontraron presentes en las definiciones de habilidades sociales.

Pérez (2009) clasifica las definiciones de habilidades sociales en tres tipos: las que hacen referencia al contenido, las que enfatizan las consecuencias y las que hacen referencia a las características de las habilidades sociales. En cuanto al contenido se refieren a la expresión de la conducta como son las opiniones, sentimientos, deseos. En relación a las consecuencias describen principalmente el refuerzo social.

De acuerdo con la revisión realizada de la literatura se observó que sí existe una diferencia entre capacidad y habilidad social, no obstante los términos habilidad social, desempeño social, habilidades para la interacción, habilidades de relación interpersonal, habilidades interpersonales son utilizados como sinónimos, por lo tanto para fines deeste proyecto se utilizó el concepto habilidades sociales, salvo en las citas pertenecientes a otros autores. En cuanto al vocablo capacidades, es un término más generalizado y que incluye un conjunto de habilidades

1.2. BASES TEÓRICAS

El Programa de Desarrollo de Habilidades Sociales, constituye la variable independiente, que recoge el sustento teórico de la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura, basado en los principios del condicionamiento operante desarrollado por Skinner (1938) y Nathaniel Branden con los Seis pilares de la Autoestima.

1.2.1. Bandura y el Aprendizaje social

Bandura (1987) parte de que la conducta está regulada por las consecuencias del medio en el que se desarrolla dicho comportamiento. El esquema de cómo aprendemos según este modelo es el siguiente: Estímulo -> respuesta -> consecuencia (positiva o negativa). Y

Con base en este esquema, nuestra conducta está en función de unos antecedentes y unas consecuencias que de ser positivas, refuerzan

nuestro comportamiento. Las habilidades sociales se adquieren mediante:

Reforzamiento positivo y directo de las habilidades.

Aprendizaje vicario u observacional, mediante.

Mediante el desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales.

Retroalimentación interpersonal.

Estos cuatro principios del Aprendizaje Social Según Bandura, permiten estructurar el entrenamiento en Habilidades Sociales de manera que éste cumpla las siguientes condiciones:

Que sepamos qué conductas nos demanda una situación concreta.

Que tengamos oportunidad de observarlas y de ejecutarlas.

Que tengamos referencias acerca de lo efectivo o no de nuestra ejecución (retroalimentación).

Que mantengamos los logros alcanzados (reforzamiento).

Que las respuestas aprendidas se hagan habituales en nuestro repertorio (consolidación y generalización). (Bandura, 1987, p. 38)

Desde el punto de vista de Bandura, la mayoría de conductas, actitudes y temores las hemos aprendido en nuestro entorno social por observación. Es por eso que también se le conoce como aprendizaje observacional.

La expresión emocional se aprende también en casa. En algunos hogares la emoción se expresa de manera abierta, en otras de manera disimulada. El saber escuchar, la empatía, la espontaneidad y los estereotipos son culturales.

El aprendizaje social tiene tres momentos:

Observación

Fijación en la memoria

Realización.

Es decir primero observamos, luego fijamos en la memoria lo aprendido, por último realizamos lo aprendido.

El entrenamiento es fundamental en el desarrollo de una habilidad. Si hemos observado bien, lo podemos repetir mentalmente (entrenamiento en imaginación), luego se fija en la memoria y repetiremos en la acción (entrenamiento en la realidad

Bandura indica que el hombre aprende por observación de modelos. Esto sucede si nos hemos emocionado, si resulta atractivo, si es competente y si hay identificación con el acto. (Bandura 1997, p. 47)

De acuerdo con lo observado, son diversas temáticas en lashabilidades sociales y cada autor propone diversas habilidades para desarrollar, además como puede apreciarse las habilidades sociales se utilizan en diversos entornos y como estrategia para combatir situaciones de riesgo social como son la drogadicción; sin embargo en este proyecto se contempla las áreas que propone Goldstein (1980) como son: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con las emociones, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación

Tipos de Habilidades Sociales

Se pueden dividir las habilidades sociales en distintos tipos según el criterio de clasificación que se utilice. Mediante una ordenación temática clásica aparecen:

Primeras habilidades sociales

- Escuchar
- Iniciar una conversación
- Mantener una conversación

- Formular una pregunta
- Dar las gracias
- Presentarse
- Presentar a otras personas
- Hacer un cumplido

Habilidades sociales avanzadas

- Pedir ayuda
- Participar
- Dar instrucciones
- Seguir instrucciones
- Disculparse
- Convencer a los demás

Habilidades relacionadas con los sentimientos

- Conocer los propios sentimientos
- Expresar los sentimientos
- Comprender los sentimientos de los demás
- Enfrentarse con el enfado del otro
- Expresar afecto
- Resolver el miedo
- Auto-recompensarse

Habilidades alternativas a la agresión

- Pedir permiso
- Compartir algo
- Ayudar a los demás
- Negociar
- Empezar el autocontrol
- Defender los propios derechos
- Responder a las bromas
- Evitar los problemas a los demás
- No entrar en peleas

Habilidades para hacer frente al estrés

- Formular una queja
- Responder a una queja
- Demostrar deportividad después de un juego
- Resolver la vergüenza
- Arreglárselas cuando le dejan a uno de lado
- Defender a un amigo
- Responder a la persuasión
- Responder al fracaso
- Enfrentarse a los mensajes contradictorios
- Responder a una acusación
- Prepararse para una conversación difícil
- Hacer frente a las presiones del grupo

En todos estos tipos de habilidades sociales generalmente se definen la asertividad y empatía como los ejes centrales. Ambas pueden afectar de forma notable las habilidades para relacionarse socialmente, y que se tendrá en cuenta como indicadores para reforzar mediante el programa propuesto para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes objeto de nuestra investigación..

1.2.2. Las inteligencias Múltiples de Howard Gardner

Howard Gardner postula que existen siete estructuras independientes (que más tarde se traducirán en ocho) localizadas en diferentes regiones del cerebro posibilitando elaborar productos, resolver problemas de acuerdo a sus potenciales desarrollos personales (concepto que es desarrollado por Lev Vygotsky)

La teoría de las inteligencias múltiples es un modelo propuesto en 1983 en el que la inteligencia no es vista como algo

unitario que agrupa diferentes capacidades específicas con distinto nivel de generalidad, sino como un conjunto de inteligenciasmúltiples, distintas y semi independientes.

Se define en este postulado que la inteligencia es la «capacidad mental de resolver problemas y/o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas».

Primero, amplía el campo de lo que es la inteligencia y reconoce lo que se sabía intuitivamente: que la brillantez académica no lo es todo. A la hora de desenvolverse en la vida no basta con tener un gran expediente académico.

Hay gente de gran capacidad intelectual pero incapaz de, por ejemplo, elegir bien a sus amigos; por el contrario, hay gente menos brillante en el colegio que triunfa en el mundo de los negocios o en su vida privada. Triunfar en los negocios, o en los deportes, requiere ser inteligente, pero en cada campo se utiliza un tipo de inteligenciadistinto. Ni mejor ni peor, pero sí distinto.

Dicho de otro modo: Einstein no es más ni menos inteligente que Michael Jordán, simplemente sus inteligencias pertenecen a campos diferentes.

Segundo, y no menos importante, Gardner define la inteligencia como una habilidad.

Hasta hace muy poco tiempo la inteligencia se consideraba algo solamente innato. Se nacía inteligente o no, y la educación no podía cambiar ese hecho (en el sentido de aprovechar más o menos la parte innata). Tanto es así, que, en épocas muy próximas, a los deficientes psíquicos no se les educaba, porque se consideraba que eraun esfuerzo inútil, cuando en realidad existe tanto la parte innata(genética) como la parte adquirida (mayor o menor provecho de la

parte innata a lo largo de la vida).

Todos los seres humanos son capaces de conocer el mundo de nueve modos diferentes. Según el análisis de las ocho inteligencias todo somos capaces de conocer el mundo a través del lenguaje, del análisis lógico-matemático, de la representación espacial, del pensamiento musical, del uso del cuerpo para resolver problemas o hacer cosas, de una comprensión de los demás individuos y de una comprensión de nosotros mismos.

Donde los individuos se diferencian es en la intensidad de estas inteligencias y en las formas en que recurre a esas mismas y se les combina para llevar a cabo diferentes labores, para solucionardiversos problemas y progresar en distintos ámbitos.

Lógicamente cada inteligencia está compuesta por determinados subconjuntos lo cual explica la inabarcable biodiversidad incluso en este tema. La educación actual, por tanto, no es que se centre realmente en las dos primeras inteligencias, sino que se centran en determinados subconjuntos de dichas inteligencias. . (Shneider, S., 2003; p. 5)

Las personas aprenden, representan y utilizan el saber de muchos y diferentes modos.

Estas diferencias desafían al sistema educativo que supone que todo el mundo puede aprender las mismas materias del mismo modo y que basta con una medida uniforme y universal para poner a prueba el aprendizaje de los alumnos. Esto conlleva a crear supuestas jerarquías, cuando en realidad todos los seres humanos son igual de inteligentes, solo que cada persona tiene un tipo de combinación de las ocho inteligencias distinto.

1.2.3. Nathaniel Branden y los Seis pilares de la Autoestima

Nathaniel Branden, psicoterapeuta canadiense especialista en la psicología de la autoestima, ha escrito más de 20 libros y estuvo vinculado a la corriente objetivista de Ayn Rand, filósofa con la que Branden colaboró estrechamente, a lo largo de 18 años.

Sus estudios muestran las razones por las que una alta autoestima es esencial para mantener buena salud psicológica y lograr que nuestras relaciones sean satisfactorias. Además, enseña cómo adquirir progresivamente una mayor conciencia de uno mismo y de la efectividad personal.

Branden en su exitoso libro los Seis pilares de la Autoestima nos refiere:

"La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente, podemos decir que la autoestima es lo siguiente:

La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.

La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos."

La autoestima se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás.

La autoestima se sostiene y se nutre de un conjunto de capacidades que provienen de la individualización:

La autovaloración, la autocrítica, la autoevaluación, la disposición a la responsabilidad propia, la asunción de decisiones propias. Y todo ello conduce al desarrollo de experiencias relacionales y subjetivas primordiales para las mujeres: a la vivencia de tenerlímites personales, es decir, a la diferenciación en relación con los otros y a la posibilidad de la autonomía entendida como definición y delimitación del yo.

La autoestima verdadera, a diferencia de la ilusión de autoestima, se logra como parte de un aprendizaje que integra los siguientes factores:

La autocrítica: como un proceso que incluye el reconocimiento de los propios errores, el aceptarlos, saber perdonarlos y, por fin, superarlos así como reconocer aquello que se hace bien, que genera satisfacción y sentido de utilidad, sea o no reconocido por los demás: es suficiente con el propio reconocimiento.

La responsabilidad: aceptar que la propia vida es consecuencia de las decisiones personales y salir del rol de víctimas, del papel secundario porque las mujeres no son el retrato fuera de focode una fotografía tomada por otro, sino que pueden ser (y deberíanser) las protagonistas de su propia existencia. De este modo, si el presente no las satisface es porque seguramente está permitiendo, de algún modo, por acción o por omisión, que así suceda.

Es una decisión personal trabajar para cambiarlo, reflexionar sobre cuáles son las probables causas de tal insatisfacción y actuar en consecuencia, para, así, poder crear la situación de vida que sea más acorde con las propias expectativas.

El respeto hacia sí misma y hacia el propio valor como persona

Para ejercer la igualdad primero hay que tener bien en claro que la propia valía, de que no se es menos que nadie y ese "nadie" también incluye a los hombres. Se puede seguir cargando exclusivamente con las responsabilidades domésticas porque no hay posibilidad de que la pareja elegida comparta esa carga, pero no es lo mismo hacerlo y valorarlo y saber que ese tiempo que se dedica a la familia tiene un sentido, que hacerlo como una autómata sin darle valor alguno.

El valor al tiempo dedicado a los demás es un derecho propio, como el valor a la recuperación de espacios personales para la propia salud psíquica. El respeto hacia sí misma también debe partir del reconocimiento propio, del amor propio y del derecho a ser felices, como cualquier otro ser humano.

El límite de los propios actos y el de los actos de los demás: relacionado con el respeto está la cuestión del principio que debe regir los actos y es el de no dañar al otro y el de no permitir que el otro nos dañe.

El principio de no iniciar una acción con la intención de dañar al otro, no significa que sin quererlo o buscarlo se pueda efectivamente dañarlo. Si bien no haber tenido la intención ni la voluntad de dañarlo conlleva la posibilidad de reparar ese daño más fácilmente que si se hubiera causado a propósito.

El principio de no dañar a otro lleva implícita la cuestión de que también se tiene el derecho de evitar que otro nos cause algún daño, de reivindicar el respeto como condición básica de toda relación.

La autonomía, como la búsqueda de espacios para la autorrealización y la independencia, es tan importante como los otros aspectos aquí reseñados y quizás se consigue luego de haber transcurrido un buen camino de ese trayecto al que se denomina autoestima.

El camino hacia la autoestima es sinuoso, no es fácil partir de la desvalorización propia o ajena hacia la meta que es la valorización propia, sobre todo cuando este camino se inicia en la madurez porque no viene como equipaje de la infancia o de la adolescencia.

Branden, al respecto señala que "El nivel de nuestraautoestima no se consigue de una vez y para siempre en la infancia. Puede crecer durante el proceso de maduración o se puede deteriorar. Hay gente cuya autoestima era más alta a los diez años que a los sesenta, y viceversa. La autoestima puede aumentar y decrecer y aumentar otra vez a lo largo de la vida."

Las fuentes interiores de la autoestima

Las fuentes interiores de la autoestima son el sentido propio de valía y la confianza en que se es plenamente capaz de enfrentar los desafíos de la vida. Branden explica que una autoestima saludable se sustenta en un doble pilar conformado por la eficacia personal y el respeto a una misma, y si alguno de ellos falta: la autoestima se deteriora. En sus palabras, define a estos pilares del siguiente modo:

Branden (1995) indica que:

"La eficacia personal significa confianza en el funcionamiento de mi mente, en mi capacidad para pensar y entender, para aprender, elegir y tomar decisiones; confianza en mi capacidad para entender los hechos de la realidad que entran en el ámbito de mis intereses y necesidades; en creer en mí mismo; en la confianza en mí

mismo. El respeto a uno mismo significa el reafirmarme en mi valía personal; es una actitud positiva hacia el derecho de vivir y de ser feliz; el confort al reafirmar de forma apropiada mis pensamientos,mis deseos y mis necesidades; el sentimiento de que la alegría y la satisfacción son derechos innatos naturales.” p. 53

Algo en lo que coinciden todos los teóricos es en el hecho de que la autoestima es una experiencia íntima, reside en el centro de cada ser. Debido a ello, una gran dificultad en el intento de incidir positivamente en la autoestima de las personas es el hecho de que no se puede trabajar directamente sobre ella.

La autoestima es una consecuencia, un efecto dedeterminadas prácticas. Branden identifica seis prácticas que tienen una importancia crucial para elevar la autoestima, según su propia experiencia como psicoterapeuta.

Las seis prácticas de la autoestima según Branden

La práctica de vivir conscientemente

Vivir de manera consciente significa estar conectados con nuestros actos, nuestras motivaciones, valores y propósitos y comportarnos de manera razonable. La acción debe ser adecuada a la consciencia.

El vivir conscientemente es vivir siendo responsable hacia la realidad, preocuparme, sobre todo, de distinguir los hechos en sí de las interpretaciones que hagamos sobre los hechos o de las emociones que nos generen. Otro aspecto importante es interesarnos en saber dónde estamos en relación con nuestros proyectos de vida, si los estamos logrando o estamos fracasando.

Estar dispuesto a ver y corregir nuestros errores. Ser receptivo a los conocimientos nuevos y estar dispuesto a reexaminar nuestras creencias. Perseverar en el intento de comprender pese a las dificultades. Comprometernos con la vida como si se tratara de un camino de superación y aprendizaje.

La práctica de la aceptación de sí mismo

La aceptación de sí mismo conlleva la idea de compasión, de ser amigo de mí mismo. Branden lo explica así: "Supongamos que he hecho algo que lamento, o de lo cual estoy avergonzado y por lo cual me reprocho. La aceptación de sí mismo no niega la realidad, no afirma que sea en realidad correcto lo que está mal, sino que indaga el contexto en el que se llevó a cabo una acción. Quiere comprender el porqué. Quiere conocer por qué algo que está mal o es inadecuado se consideró deseable o adecuado o incluso necesario en su momento."

La práctica de la responsabilidad de sí mismo

Es asumir que una es la artífice de su propia vida, una es responsable de la consecución de los propios deseos, de las elecciones que hace, de las consecuencias de sus actos y de los comportamientos que asume frente a las demás personas, de la propia conducta, de la forma de jerarquizar el tiempo del que dispone, de la felicidad personal, de aceptar o elegir los valores según los cuales vivo.

La práctica de la autoafirmación

Significa respetar mis deseos, necesidades y valores y buscar su forma de expresión adecuada en la realidad. Significa la disposición a valerme por mí misma, a ser quien soy abiertamente, a tratarme con respeto en todas las relaciones humanas. Está relacionada con la autenticidad.

La práctica de vivir con propósito

Vivir con propósito es fijarse metas productivas en consonancia con nuestras capacidades. Fijarse metas concretas y actuar para conseguirlas. Para ello es necesario cultivar la autodisciplina, es decir la capacidad de organizar nuestra conducta en el tiempo al servicio de tareas concretas. Hay que prestar atención al resultado de nuestros actos para averiguar si nos conducen a donde queremos llegar.

La práctica de la integridad personal

Tiene que haber una coherencia entre nuestros valores, nuestros ideales y la práctica de nuestro comportamiento. Nuestra conducta debe reconducir a nuestros valores. Significa cumplir con nuestros compromisos, con nuestra palabra y genera confianza en quienes nos conocen. Es el aspecto moral de la autoestima del que no se puede prescindir. (Branden, N. 1995, p. 55)

La conclusión es que, en el mundo caótico y competitivo en que vivimos, tanto la felicidad personal se basa en nuestra forma de comprender y fomentar la autoestima.

1.2.4. La Inteligencia interpersonal y Las Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales constituye la variable independiente que está sustentada teóricamente por Howard Gardner como la teoría de la Multiplicidad de Inteligencias, la que es considerada un pilar fundamental para el desarrollo integral del hombre.

El psicólogo Howard Gardner desarrolló la teoría de la multiplicidad de inteligencias entre las que cabe mencionar la inteligencia interpersonal, esto es, capacidad de interactuar con otros.

La argentina Sandra Shneider a través de su obra Cómo desarrollar la inteligencia y promover capacidades nos explica que, tanto la inteligencia interpersonal como la intrapersonal son definidas como inteligencias sociales. A través de la primera de estas inteligencias sociales, los individuos interactúan de manera eficaz con los otros, lo que significa que son capaces de conocer y reconocer e influenciar en los deseos, necesidades e intenciones de sus pares.

Estas personas piensan relacionándose con la gente y aman liderar, organizar, mediar y participar. Por tal motivo manifiestan el interés por participar en actividades grupales. Les gusta enseñar a otros. Los demás lo consideran un buen referente; Les resulta atractivo el trabajo cooperativo, al tiempo que resuelve exitosamente a partir de la mediación los conflictos que se suscitan. Los docentes, asesores, vendedores, políticos son los que requieren de tal capacidad.(Shneider, S., 2003; p. 30)

La autora nos manifiesta de la misma manera que frente a los desafíos de este nuevo milenio, en lo que a cuestiones sociales se refiere, la responsabilidad social es un criterio que se debe tener en cuenta en la escuela y debe ser valorada como tal.

Indica Shneider, S. (2003) "la inteligencia social es la capacidad de generar y desarrollar las competencias necesarias para el ejercicio efectivo de la responsabilidad social (…) La inteligencia intrapersonal está estrechamente ligada con los procesos metacognitivos, ya que los mismos suponen un aprendizaje introspectivo"p.343

Es de vital importancia entonces, para propiciar el desarrollo

de la inteligencia intrapersonal, permitirles a los estudiantes a realizar actividades tendientes a reflexionar acerca de los propios procesos de cognición, de socialización, de verbalización, de autonomía, etc.

Quienes poseen inteligencia interpersonal son populares, tienen muchos amigos, mantienen una buena relación con sus compañeros de trabajo y con la gente que los rodea en general. Les resulta sencillo captar las necesidades ajenas y reaccionar en consecuencia.

Encuentran la palabra adecuada o el comportamiento quelogra empatía en su interlocutor y al leer emociones en otro se puede adoptar una actitud positiva ya que es necesario tener en cuenta lo que la otra persona siente o necesita para lograr una comunicación realmente efectiva.

Asimismo manifiesta capacidad de convocatoria con propósitos bien definidos y capacidad de influir positivamente en los demás. Los rasgos mencionados son propios de un líder.

La inteligencia interpersonal se basa en el desarrollo de dos grandes tipos de capacidades, la empatía y la capacidad de manejar las relaciones interpersonales.

Los procesos cognitivos influyen en nuestras Relaciones Interpersonales

Herrico, E. (1990) en su tesis “Influencia de las Relaciones Interpersonales en la vida afectiva de los adolescentes” de la Universidad del País de Vasco, nos afirma que los conductistas defendían que nuestras conductas se pueden explicar por una historia de refuerzos y castigos acumulados en nuestra vida. Somos como somos porque a lo largo de la vida se nos ha premiado el ser de esa manera. Nuestra conducta no es más que la respuesta a un estímulo al

que hemos aprendido a responder. p. 49.

Los neo conductistas, defienden que la conducta de los humanos no puede explicarse de una manera tan simple. Que entre el estímulo y la respuesta que damos, están todos los procesos cognitivos que ponemos en marcha. El estímulo es percibido por el sujeto y cada sujeto lo percibe desde su manera de entender el mundo.

El conductismo establece que los estímulos y refuerzos explicarían las relaciones, Si hay compensación la tendencia es a mantener la relación. No obstante ya sabemos que en las relaciones tanto como la realidad influyen las expectativas.

La empatía.

"Primero, trata de entender al otro, después trata de hacer que te entiendan a ti". Stephen Covey define la empatía como la capacidad que nos permite reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explica su comportamiento.

La empatía es esencial en nuestras relaciones con los demás. Para poder entender al otro, para poder entrar en su mundo tenemos que aprender a ponernos en su lugar, aprender a pensar como él. Por tanto la empatía presupone una suspensión temporal de mi propio mundo, de mi propia manera de ver las cosas. Una de lascaracterísticas del líder es que le interesa conocer los sentimientos y pensamientos de las personas que trabajan junto a él o ella y el contacto con ellos, en otras palabras ser empático.

Una de las habilidades básicas para entender al otro es la de saber escuchar. La mayoría de nosotros, cuando hablamos con otros le prestamos más atención a nuestras propias reacciones que a lo que nos dicen, escuchamos pensando en lo que vamos a decir nosotros a

continuación o pensando en qué tipo de experiencias propias podemos aportar. Aprender a escuchar supone enfocar toda nuestra atención hacia el otro, dejar de pensar en lo que queremos decir o en lo que nosotros haríamos. Cuando escuchamos con atención escuchamos con todo el cuerpo.

La capacidad de manejar las relaciones interpersonales

"Todo empieza en ti y en mí"

David Bohm sostiene que cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir la manera más adecuada de presentarle nuestro mensaje. La misma cosa se puede decir de muchas maneras. Saber elegir la manera adecuada y el momento justo es la marca del gran comunicador.

La capacidad de comunicarnos es la que nos permite organizar grupos, negociar y establecer conexiones personales. En su libro "Frogs into Princess" Bandler y Grinder dicen que los magos de la comunicación se caracterizan por tres grandes pautas de comportamiento.

Primera, saben cuál es el objetivo que quieren conseguir, la segunda, que son capaces de generar muchas respuestas posibles hasta encontrar la más adecuada. Por último tienen la suficiente agudeza sensorial para notar las reacciones del otro.

La comunicación interpersonal es un proceso de intercambio de información, sentimientos, emociones, experiencias, dudas, etc.,que se da entre personas o grupos con la finalidad de expresarse, informar o persuadir.

Este proceso se desarrolla en dos direcciones: desde el que habla hasta el que escucha y viceversa. La comunicación interpersonal, es una comunicación bidireccional en el cual se realiza

un proceso de intercambio de información, ideas, sentimientos, pensamientos, ideologías y necesidades, entre personas o grupos, con el que nos comunicamos a través, no sólo de la palabra, sino también de actitudes, los gestos, las posturas, etc.

En fin, un adecuado manejo de las relaciones interpersonales le permitirá al líder organizar grupos, consensuar, establecer conexiones personales, informar o persuadir, influenciar positivamente en los demás, tener capacidad de convocatoria y participación democrática. (Shneider, S., 2003; p. 52)

Herrico, E. (1990) establece como estilos de Relaciones interpersonales, los siguientes prototipos:

Estilo Agresivo
Estilo Manipulador
Estilo Pasivo
Estilo Asertivo.

Para hacer esta clasificación se tiene en cuenta lo siguiente.
Si defiende los intereses propios
Si muestra los sentimientos y pensamientos de forma clara.
Si respeta los derechos de los demás
Si acepta los sentimientos y pensamientos de los demás
Si sabe manejar las discrepancias o discordias
Si pide explicaciones al no entender
Si sabe decir no.
Si no se deja llevar por la influencia de los compañeros.

En un lado podemos encontrar los que saben mostrar su disconformidad y saben decir que no. Son los estilos agresivos y asertivos.

La diferencia consiste en que antes de decir que no, el asertivo explica su opinión. Oye la opinión de los otros. Piden aclaraciones y discute. Toma en cuenta la opinión y sentimientos de los demás y los respeta.

1.3. Marco Conceptual

Habilidades sociales

Las habilidades sociales son las Conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

Se trata de conductas, esto quiere decir que son aspectos observables, medibles y modificables; no es un rasgo innato de un sujeto, determinado por su código genético o por su condición de discapacidad; Entra en juego el otro. No se refieren a habilidades de autonomía personal como lavarse los dientes o manejar el cajero automático, sino a aquellas situaciones en las que participan por lo menos dos personas;

Esta relación con el otro es efectiva y mutuamente satisfactoria. La persona con habilidades sociales defiende lo que quiere y expresa su acuerdo o desacuerdo sin generar malestar en la otra persona

Relaciones Interpersonales

Son asociaciones de largo plazo entre dos o más personas. Estas asociaciones pueden basarse en emociones y sentimientos, como el amor y el gusto artístico, el interés por los negocios y por las actividades sociales, las interacciones y formas colaborativas en el hogar, etc. Las relaciones interpersonales tienen lugar en una gran

variedad de contextos, como la familia, los grupos de amigos, el matrimonio, las amistades, los entornos laborales, los clubes sociales y deportivos, los entornos barriales, las comunidades religiosas, etc. Las relaciones interpersonales pueden ser reguladas por ley, por costumbre o por acuerdo mutuo, y son una base o un entramado fundamental de los grupos sociales y de la sociedad en su conjunto.

Las relaciones interpersonales juegan un papel fundamentalen el desarrollo integral de las personas. A través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno másinmediato, lo que favorece su adaptación e integración al mismo. Es importante tomar en cuenta los valores más relevantes para así mejor favorecer las relaciones interpersonales.

Autoestima

Puede definirse la autoestima como el sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y valía personal. El concepto que tenemos de nosotros mismos no es algo heredado, sino aprendido de nuestro alrededor, mediante la valoración que hacemos de nuestro comportamiento y de la asimilación e interiorización de la opinión delos demás respecto a nosotros.

La importancia de la autoestima radica en que nos impulsa a actuar, a seguir adelante y nos motiva para perseguir nuestros objetivos.

CAPITULO II : DISEÑO METODOLOGICO

2.1. METODOLOGIA

2.1.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación es: Cuasi- experimental, porque los sujetos no son asignados al azar a los grupos; sino que dichos grupos ya estaban formados o establecidos antes del experimento, son grupos intactos. Es decir la razón por la que surgen y la manera como se formaron fueron independientes al experimento.

2.1.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El método que se empleará de manera general en el presente trabajo de investigación es el método cuasi-experimental, porque tiene el objeto de comprobación de la hipótesis a través del uso de experimentos como método de investigación y que nos permitirá manipular y controlar las habilidades sociales y observar los efectos que produce sobre las Relaciones Interpersonales en los estudiantes de la I.E.

DISEÑO GRAFICO:

El diseño a utilizar será:

GE O1 X O2

Dónde:

GE: Grupo experimental.

O1: observación de pre test.

X: Aplicación del experimento.

O2: observación de pos test.

2.1.3. POBLACIÓN Y MUESTRAS DE ESTUDIO

POBLACIÓN

La población lo constituyen los estudiantes de la I.E.N° 14127 "Dora Jacinta Zapata de Zegarra" Distrito de la Arena - Piura"; los cuales presentan la siguiente unidad de análisis:

MUESTRA

Por ser la población pequeña se trabajara con el total no siendo necesario seleccionar la muestra.

2.1.4. METODOS Y TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

TÉCNICA DEL GABINETE.-Se utilizara fichas bibliográficas, de resumen, comentario, textuales, que servirá para sistematizar el marco teórico de la investigación.

TÉCNICA CAMPO.- Se utilizara técnicas diversos, que permitirán el recojo de información pertinente.

OBSERVACION:

Se empleará la observación directa, con la finalidad de ver los cambios actitudinales de los alumnos y alumnas, y comprobar las hipótesis planteadas en el desarrollo de las clases experimentales.

TEST PARA MEDIR EL DESARROLLO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES

El trabajo corresponde a un proyecto de desarrollo, ya que a partir de la información obtenida se diseña un Programa de intervención

psicopedagógica que permitiera desarrollar las habilidades detectadas como deficientes.

METODOS Y PROCEDIMIENTOS PARA LA RECOLECCION DE DATOS

EL MÉTODO DEDUCTIVO:

A través del método deductivo se partirá de datos o proporciones generales aceptados como válidos y por medio del razonamiento lógico se deberá deducir proporciones particulares y conclusiones verdaderas.

EL MÉTODO INDUCTIVO:

Con este método se partirá de casos particulares para llegar aconclusiones generales, utilizando la observación directa de los hechos y el estudio de las relaciones que existe entre los elementos de un fenómeno, teniendo como fundamento la experiencia.

MÉTODO HISTÓRICO

Como método teórico de investigación, mediante el cual estudiaremos las distintas etapas por las que atraviesa el objeto.

Descubrir el nexo de los fenómenos estudiados en el tiempo.

MÉTODO DIALECTICO

Se utilizará el método dialectico, que estudia el objeto revelando las relaciones entre los componentes, fundamentado en la teoría de las contradicciones con lo cual se explica el desarrollo de los cambios cuantitativos en cualitativos, buscando así se afecte la estructura delobjeto de estudio, provocando la aparición de un nuevo objeto con propiedad, función, estructura y relaciones diferentes.

MÉTODO ANALITICO

Con el método analítico se conocerá las bondades y aplicaciones de los mapas para llegar a sus principios explicativos esenciales, sus características separando cada uno de los elementos para hallar las relaciones que existen en cada uno de los factores de la investigación.

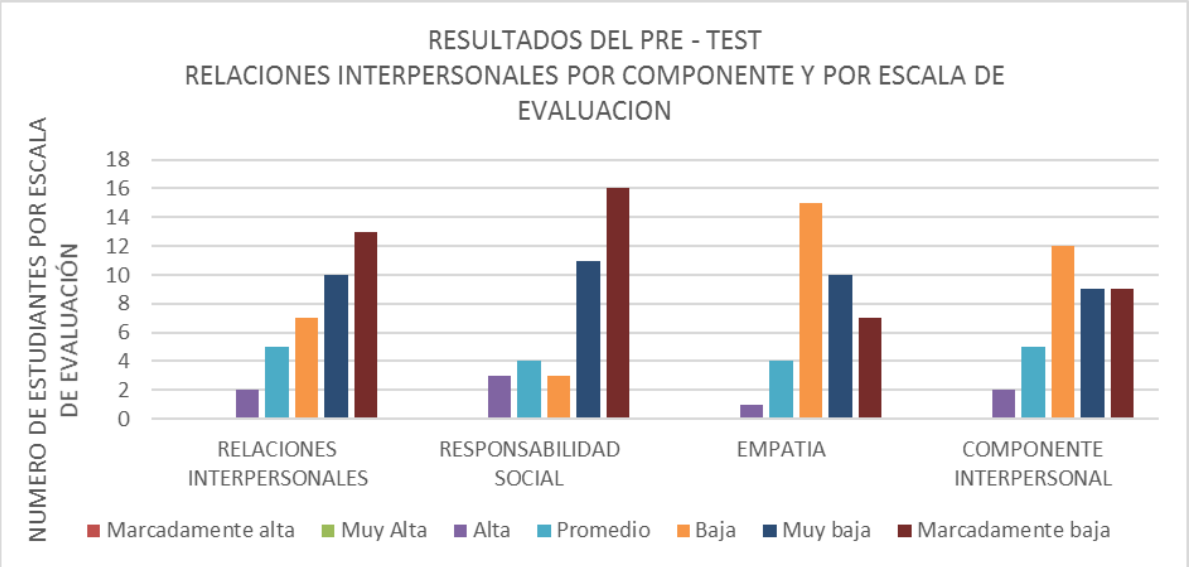
CAPITULO III RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Análisis e interpretación de los datos

RESULTADOS DEL PRE – TEST RELACIONES INTERPERSONALES POR COMPONENTE Y POR ESCALA DE EVALUACIÓN								
Componentes / Escalas	RELACIONES INTERPERSONALES		RESPONSABILIDAD SOCIAL		EMPATIA		COMPONENTE INTERPERSONAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Marcadamente alta	00	00	00	00	0	00	00	00
Muy alta	00	00	00	00	0	00	00	00
Alta	02	5,4	03	8,1	1	2,7	02	5,4
Promedio	05	13,6	04	10,9	4	10,9	05	13,6
Baja	07	18,9	03	8,1	15	40,5	12	32,4
Muy baja	10	27	11	29,7	10	27	09	24,3
Marcadamente baja	13	35,1	16	43,2	7	18,9	09	24,3

CUADRO N°01

Grafico n° 01



Fuente: Resultados del pre test aplicado por el autor del presente informe

En el cuadro N° 01 se observa que ningún evaluado alcanza la escala Marcadamente alta en los componentes interpersonales, sin embargo, en los componentes Responsabilidad Social, empatía, la escala de evaluación alta muestra algunos resultados.

En el componente interpersonal los resultados van desde alta hasta marcadamente baja, siendo la escala Baja la que obtiene mayores resultados seguida de Promedio y Muy Baja en ese orden.

Por otro lado, observamos que en el subcomponente Responsabilidad social y empatía, los estudiantes muestran mejores resultados en términos generales.

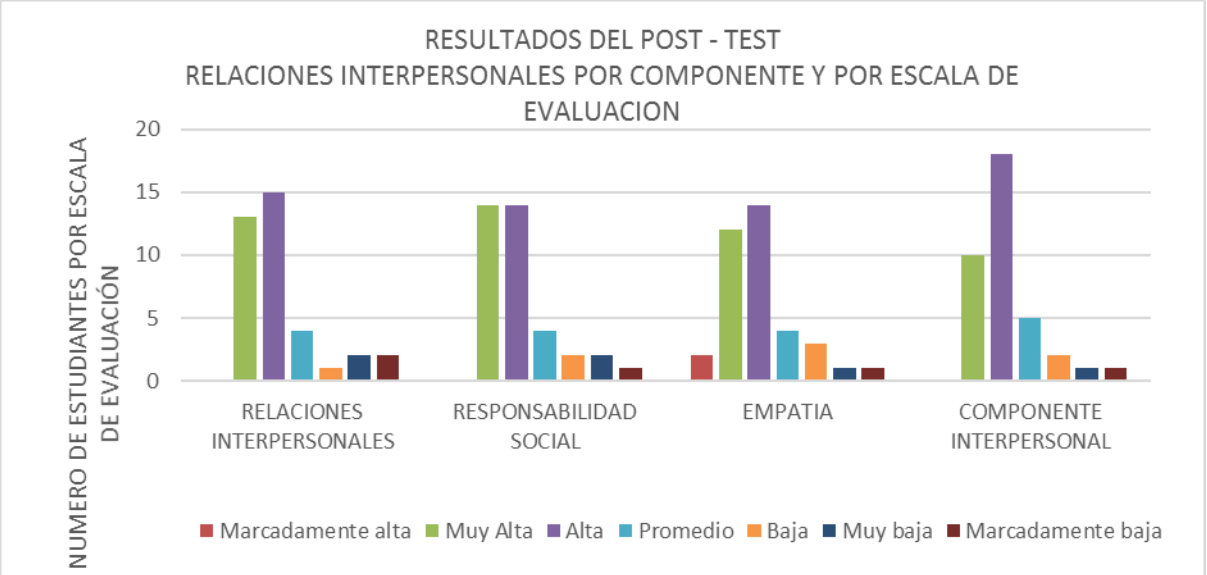
Estos resultados muestran un déficit de habilidades sociales en sus relaciones interpersonales, más aun considerando que no existen muchos resultados en las escalas superiores de evaluación que puedan servir de referente e inicien un mejoramiento de las habilidades sociales de los estudiantes.

Si se considera que el futuro mercado laboral exigirá profesionales con habilidades para relacionarse y formar grupos o equipos de trabajo, el recurso humano evaluado muestra deficit de estas habilidades imprescindibles para trabajar en equipo, lo que nos exige la elaboración de estrategias que ayuden a corregir estas deficiencias.

Para mejor visualización de los resultados obtenidos, presento el grafico N° 01.

CUADRO N° 02

RESULTADOS DEL POST – TEST RELACIONES INTERPERSONALES POR COMPONENTE Y POR ESCALA DE EVALUACIÓN								
Componentes / Escalas	RELACIONES INTERPERSONALES		RESPONSABILIDAD SOCIAL		EMPATIA		COMPONENTE INTERPERSONAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Marcadamente alta	00	00	00	00	02	5,4	00	00
Muy alta	00	00	00	00	0	00	00	00
Alta	02	5,4	03	8,1	1	2,7	02	5,4
Promedio	05	13,6	04	10,9	4	10,9	05	13,6
Baja	07	18,9	03	8,1	15	40,4	12	32,4
Muy baja	10	27	11	29,7	10	27	09	24,3
Marcadamente baja	13	35,1	16	43,2	05	13,6	09	24,3



Fuente: Resultados del pre test aplicado por el autor del presente informe

Como observamos en el cuadro N° 02, los resultados presentan un considerable mejoramiento de las habilidades sociales de los estudiantes, se observan logros en las escalas alta, muy alta y promedio y también los resultados de las escalas baja, muy baja y marcadamente baja se han reducido considerablemente.

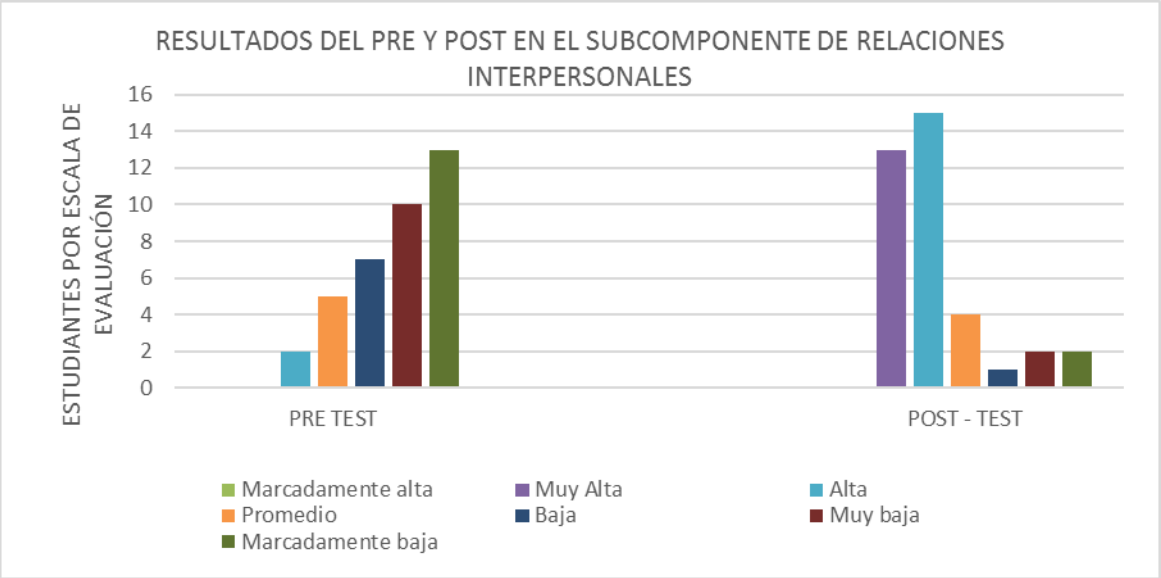
El resultado más notorio lo ofrece el subcomponente Relaciones interpersonales que muestran una distribución desde escala Marcadamente alta hasta muy baja pero con marcado énfasis a la aparición de valores en la escala marcadamente alta.

En el subcomponente Responsabilidad social, el resultado mayor se da en la escala alta, seguida de muy alta, la escala promedio muestra un incremento razonable.

El subcomponente empatía muestra una distribución que va desde muy alta hasta muy baja, los resultados sin embargo se mantienen constantes.

En términos generales, si comparamos los resultados con los del pre test observaremos un mejoramiento considerable luego del programa de intervención, para su mejor visualización presento la información en gráficos con los resultados del pre test y post test por subcomponentes y por escalas de evaluación.

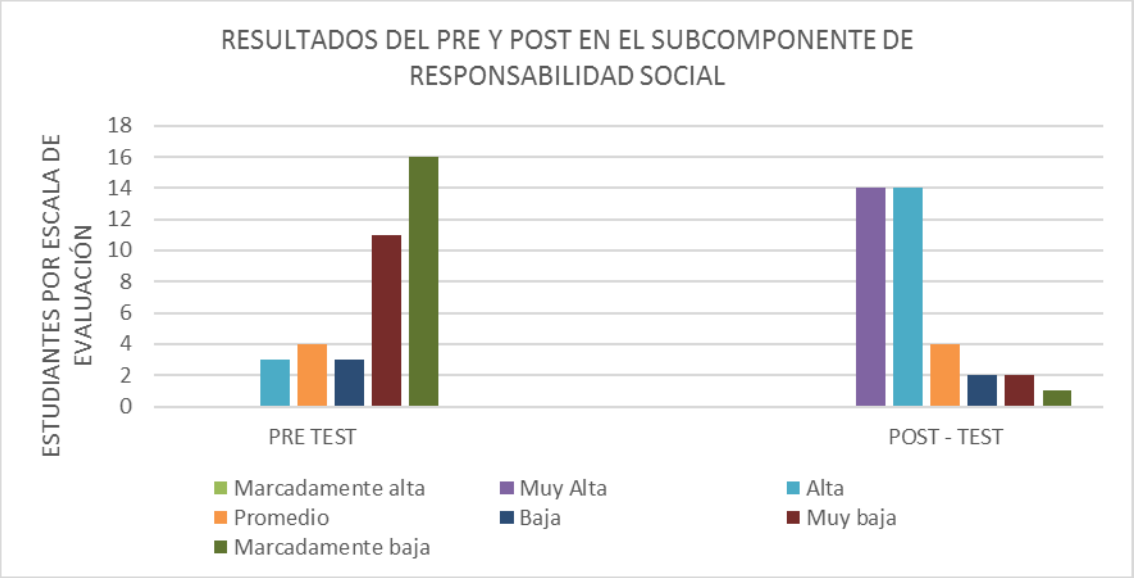
Grafico N° 03



Fuente: Resultados del pre test aplicado por el autor del presente informe

En el grafico N° 03 observamos comparativamente los resultados del Pre y Post Test en el subcomponente Relaciones Interpersonales, a simple vista el resultado del programa de intervención es importante porque se obtiene resultados en la escala Muy Alta que no aparecían en el pre test, además, disminuyen los resultados en las escalas baja y muy baja.

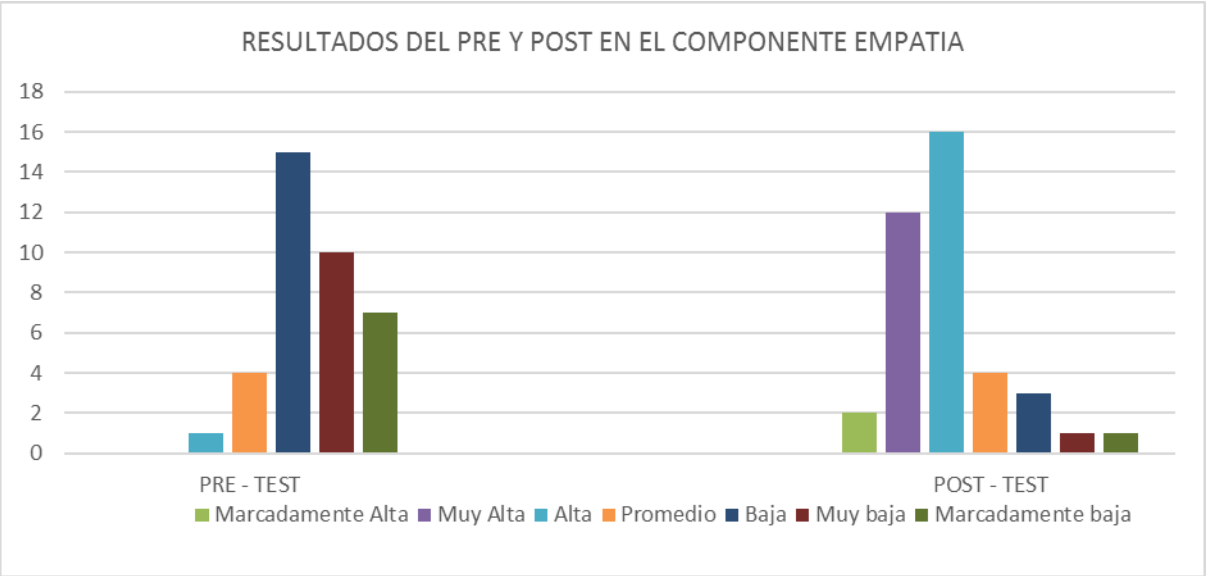
Grafico N°04



Fuente: Resultados del pre test aplicado por el autor del presente informe

En el grafico N° 04, se puede notar que en el subcomponente Responsabilidad Social el impacto es aún más importante porque la escala Muy Alta que no tenía resultados en el pre test, aparece en el post test con una puntuación considerable. Se reducen la escala promedio, baja y muy baja con relación al pre test.

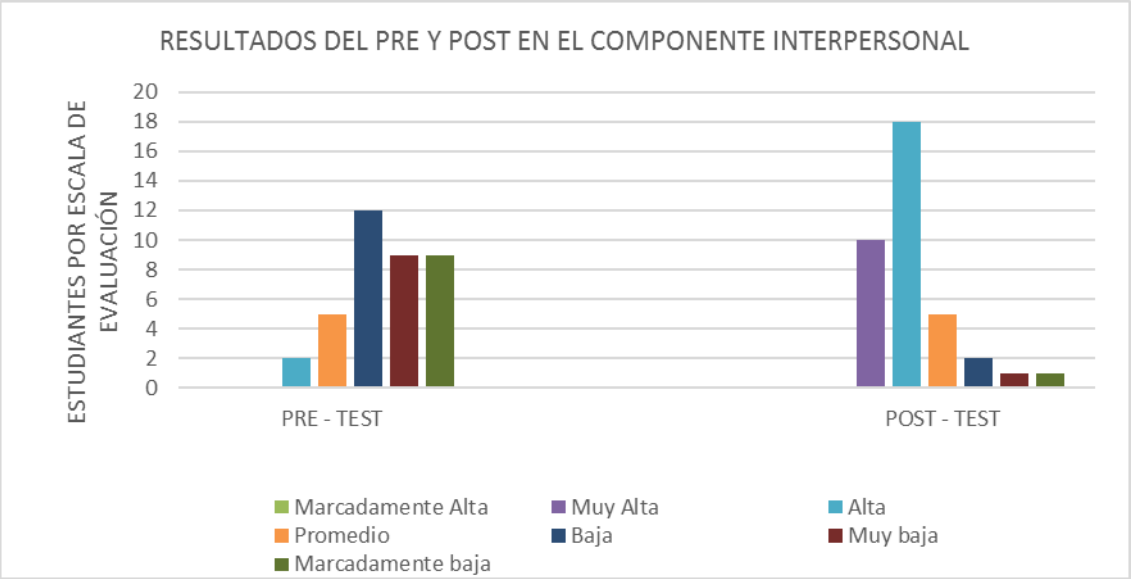
Grafico N° 05



Fuente: Resultados del pre test aplicado por el autor del presente informe

En el grafico N° 05, en el subcomponente Empatía se observan resultados importantes e interesantes, se muestra resultados en la escala Marcadamente alta, la escala alta mejora y aumenta sus indicadores, las escalas baja y muy baja se reducen marcadamente en sus resultados, en otras palabras, los resultados se han desplazado considerablemente hacia las escalas de calificación más altas.

Grafico N° 06

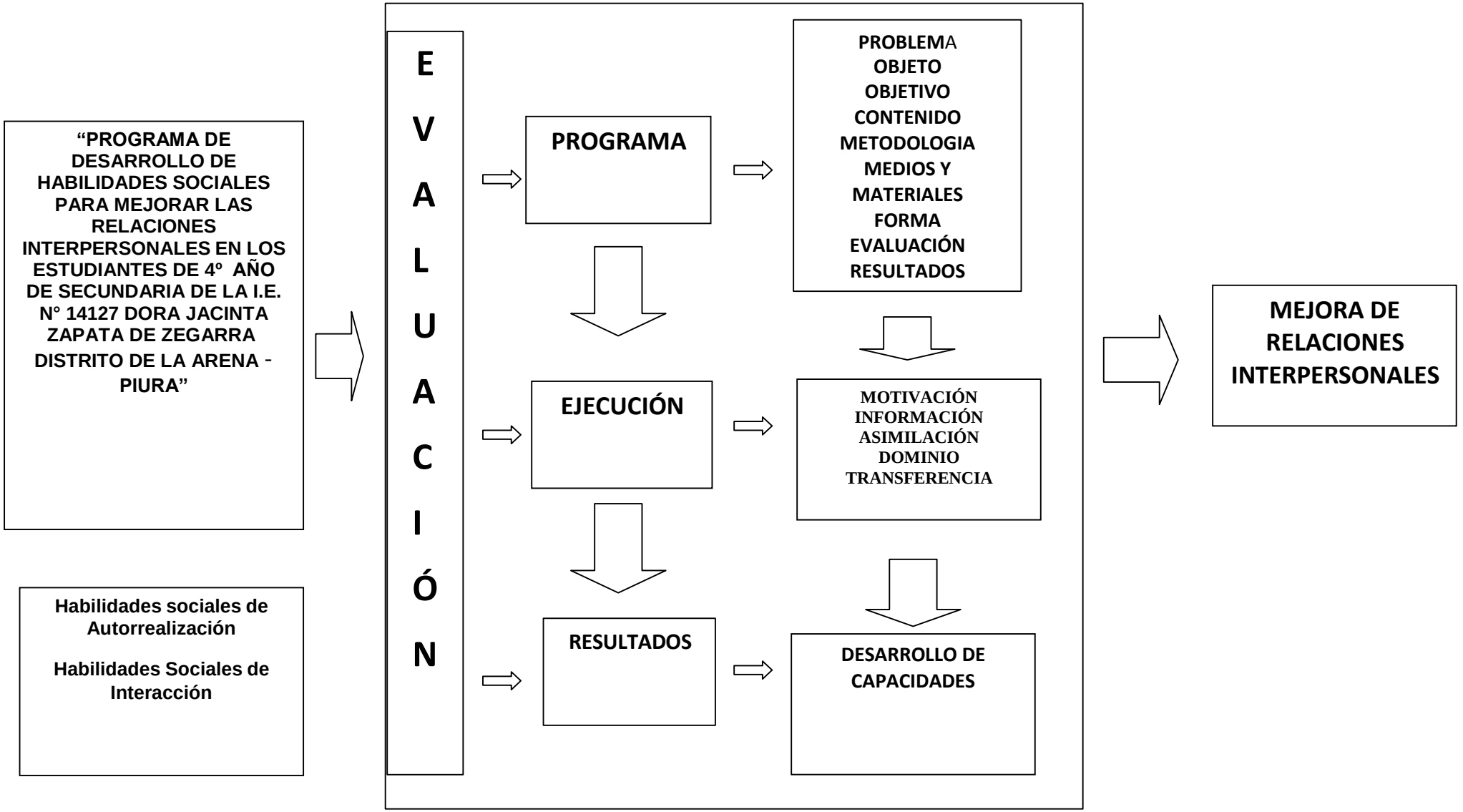


Fuente: Resultados del pre test aplicado por el autor del presente informe

En el grafico N° 06 se muestra el comportamiento de los resultados en todo el componente interpersonal observamos que la escala marcadamente baja aparece en pequeña puntuación, sin embargo, la puntuación en la escala alta aumenta significativamente, además los indicadores de las escalas baja, muy baja se reducen al mínimo, el promedio disminuye, pero esas calificaciones se trasladan hacia la escala alta.

En resumen, los indicadores obtenidos en el post test convalidan de manera satisfactoria la aplicación del programa a los estudiantes.

3.3. Propuesta teórica



“PROGRAMA DE DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES PARA MEJORAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LOS ESTUDIANTES DE 4º AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E. N° 14127 “DORA JACINTA ZAPATA DE ZEGARRA” DISTRITO DE LA ARENA – PIURA 2013”

3.3.1. DATOS GENERALES

I.E. N° 14127 “DORA JACINTA ZAPATA DE ZEGARRA” DISTRITO DE LA ARENA – PIURA

3.3.2. FUNDAMENTACION

La propuesta del Programa de Desarrollo de Habilidades Sociales se ha construido de acuerdo a los objetivos y busca atender las necesidades y problemática que se presenta en la Institución Educativa “Dora Jacinta Zapata de Zegarra”, donde se observa que las relaciones interpersonales entre los estudiantes de secundaria son débiles y deterioradas, percibiendo la comunidad educativa estudiantil un clima hostil, desfavorable y que no contribuye al desarrollo de la institución.

El deterioro de las Relaciones Interpersonales en la institución Educativa es producto de múltiples factores como los que a continuación detallo:

Las relaciones en el aula son múltiples y entre ellas pueden mencionarse:Las que se establecen entre profesores, entre los profesores y las familias de los estudiantes, entre profesores y estudiantes, y finalmente entre los propios estudiantes. Sin embargo, para los efectos de este estudio interesa estudiar cómo desarrollar las Habilidades Sociales para mejorar las relaciones interpersonales entre los estudiantes.

La convivencia como en toda institución no es fácil.

En el colegio, en concreto, hay problemas de los alumnos entre sí y en la relación de los alumnos con sus profesores, hay alumnos agresivos que utilizan la violencia o la amenaza para resolver sus problemas, hay alumnos pasivos, inhibidos que no saben o no se atreven a enfrentarse con sus problemas; hay profesores tan centrados en si mismos que no son capaces de ponerse en el lugar de otro, que no establecen una relación personal con el alumno, hay niños olvidados y rechazados por el resto de compañeros.

El comportamiento en el aula se manifiesta como deficiente habilidad para comunicarse, desintegración en el aula, formación de grupos por intereses y preferencias, rechazo a integrar a un compañero por su bajo rendimiento académico, por desagrado, por diferencias; pifian a sus compañeros cuando no responden correctamente.

Observamos claramente que los estudiantes de 4º de secundaria de esta Institución no manejan adecuadas relaciones interpersonales, en su aula y fuera de ella. Además un número cada vez mayor de niños se encuentran involucrados en situaciones de malos tratos, conductas agresivas yproblemas de relación que trascienden la familia y la escuela.

Se observa de la misma manera que los estudiantes de 4º año de educación secundaria de la I.E. N° 14127 Dora Jacinta Zapata de Zegarra, deficiencias de las Habilidades Sociales en sus componentes; conductuales, cognitivos afectivos y de autonomía, Los que se manifiestan de la siguiente manera:

- Falta de habilidades de autoafirmación
- Dificultad en expresar sentimientos
- Falta de habilidades para la negociación
- Falta de habilidades para entablar conversación.
- Carencia para hacer frente a las presiones del grupo

3.3.3. LINEAMIENTOS ESTRATÉGICOS DEL PROGRAMA

En el marco de los lineamientos de política educativa del sector, enriquecidos con el análisis de las experiencias de los programas capacitación, se definen los siguientes lineamientos para el Programa motivacional:

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Desarrollar habilidades en las dimensiones personal-social y escolar, a través de los procesos de capacitación, monitoreo y asesoría, con la finalidad de que asuman un rol cada vez más comprometido y actualizado. Su pertinencia, oportunidad y eficiencia, con un tratamiento integral orientado al desarrollo de capacidades, conocimientos, actitudesy valores para el desempeño académico y fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

PARTICIPACIÓN CONJUNTA Y COOPERATIVA DE LA INSTITUCIÓN:

Enfocar el proceso de formación integral de los estudiantes unido al desarrollo institucional y fortalecer su habilidad social, el trabajo cooperativo y democrático, como base del cambio de la práctica socializadora y de buen trato entre los miembros de la comunidad educativa de la Institución.

IMPULSO DE HABILIDADES SOCIALES EN LA INSTITUCIÓN:

Promover la participación de los agentes educativos en el diseño, la organización y gestión del Programa de Capacitación, permitiendo a los participantes que de manera gradual asuman un compromiso en torno a la visión y a los objetivos estratégicos institucionales.

MONITOREO Y ASESORÍA:

Ofrecer asesoría a los participantes de manera permanente, cumpliendo un seguimiento estratégico hasta el logro de los objetivos.

AUTOEVALUACIÓN INSTITUCIONAL DE AVANCES Y LOGROS:

Impulsar prácticas de autoevaluación institucional en los, que les permita identificar su línea de base, sus avances, dificultades y logros en elproceso de desarrollo institucional.

DESARROLLO DEL SENTIDO DE PERTENENCIA CULTURAL E INSTITUCIONAL

Promueve el respeto de la identidad cultural e institucional, en atención a la realidad pluricultural y multilingüe del Perú y considerando que la Institución educativa "Dora Jacinta Zapata Zegarra", se desarrolla en un contexto con particularidades especiales y es necesario generar sentimientos de pertenencia e identidad institucional.

3.3.4. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN

3.3.4.1 Objetivo General.

Mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa "Dora Jacinta Zapara Zegarra" del Distrito de "La Arena" a través del Programa de Desarrollo de Habilidades sociales, fundamentado en la Teoría de las inteligencias múltiples de Gardner yAprendizaje Social de Albert Bandura para fortalecer las

Relaciones Interpersonales en los estudiantes de Educación básica Regular.

3.3.4.2 Objetivos Específicos:

- Reconocer el estilo personal y las habilidades sociales de una persona.
- Describir la importancia de cambiar estilos de socialización para responder a diferencias individuales.
- Explicar la importancia de empoderamiento individual de las habilidades y destrezas sociales en el esfuerzo comunitario.
- Describir cómo una visión compartida es importante para el desarrollo de las habilidades sociales.
- Capacitar en la relación Estudiante efectivamente sociable responsable en el desarrollo de la formación ética y de los valores y actitudes positivas y asertivas a partir del compromiso y la afirmación de su sentido de pertenencia que requiere de su accionar autónomo, impulsador y comprometido.
- Capacitar en el mejoramiento de la conducta social explicando que cada personal miembro de la institución está comprometido en su quehacer, así como también cuándo,cómo y de qué manera se deben dar énfasis al cumplimiento dela tarea específica.
- Desarrollar reuniones y Ejecutar acciones de monitoreo y asesoría con la participación del equipo directivo y docentes de la institución para analizar y evaluar los logros al obtenidos.

3.3.5. MODULOS A DESARROLLAR

DENOMINACION DE LOS MÓDULOS	META
Módulo I Habilidades sociales avanzadas	08 Talleres
Módulo II Habilidades para el manejo de emociones y sentimientos	08 Talleres
Módulo III Habilidades alternativas a la agresión	06 Talleres
Módulo IV Habilidades para hacer frente al estrés	06 Talleres
Monitoreo y asesorías	06 visitas
Focus Grups, reflexiones	04 Reuniones

3.3.6. METAS

37 Estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución educativa "Dora Jacinta Zapata Zegarra" La Arena – Piura.

3.3.7. ORGANIZACIÓN

3.3.7.1. Cobertura

El Programa está dirigido a los 37 estudiantes del 4to grado de secundaria de la Institución educativa "Dora Jacinta Zapata Zegarra" La Arena – Piura.

3.3.7.2. Duración

El proceso de capacitación tendrá una duración de 228 horas cronológicas (por cada participante) distribuidas en un período de diez (10) meses aproximadamente.

3.3.8. PLAN DE ESTUDIOS

MODULOS	HORAS LECTIVAS
MODULO 1 Habilidades sociales avanzadas	**64 hrs.**
MODULO 2 Habilidades para el manejo de emociones y sentimientos	**64 hrs.**
MODULO 3 Habilidades alternativas a la agresión	**40 hrs**
MODULO 4 Habilidades para hacer frente al estrés	**40 hrs**
Grupos de Discusión	**20 hrs.**
TOTAL	**228 hrs.**

3.3.9. ESTRATEGIAS DE LAS ACCIONES DEL PROGRAMA

Estrategias de la capacitación

El uso de metodologías participativas en el desarrollo del programa, ha demostrado ser el método más eficaz y apropiado para iniciativas de desarrollo a nivel micro organizacional.

Por lo que las actividades del programa de capacitación se han organizado en base al análisis y reflexión a partir de lecturas y conocimiento de autores que sustentan las diferentes teorías. Los que propiciaran la toma de decisiones y asunción de compromisos.

Sensibilización a todos los agentes que participan en el Programa de Capacitación sobre Desarrollo de Habilidades Sociales para mejorar las relaciones interpersonales en la Institución Educativa "Dora Jacinta Zapata Zegarra" del Distrito de La Arena

Coordinación con los aliados estratégicos para que apoyen con la ejecución de las actividades del Programa de Desarrollo de Habilidades sociales.

Difusión a través de los medios de comunicación sobre la importancia de este programa.

Trabajo en equipo de todos los estudiantes al programa de Desarrollo de Habilidades sociales.

El proceso de capacitación se caracteriza por tomar como punto de partida la reflexión del participante sobre sus propias creencias y prácticas educativas de gestión, de manera que sea capaz de mejorarlas luego de ampliar y profundizar los conocimientos y estrategias de trabajo.

El aprendizaje involucra trabajo tanto individual como cooperativo y el uso de recursos y materiales adecuados para facilitar los procesos de comprensión y aplicación de lo aprendido en el aula.

El desarrollo personal, el fortalecimiento ético y de los valores del participante y de la orientación educativa se aborda como profundización de conocimientos y estrategias así como transversalmente a lo largo del proceso de capacitación..

Los talleres utilizarán la metodología activa y participativa, considerando en cada una de las sesiones de aprendizaje los siguientes procesos pedagógicos:

- Motivación, para despertar el interés de todos los participantes y una disposición psicológica favorable.
- Planteamiento de conflictos cognitivos y situaciones problemáticas,

a través de estudios de casos sobre situaciones hipotéticas o reales.

- Procesamiento de la información, aplicando el enfoque de procesos con entradas, operadores del cambio y salidas.
- Aplicación de procesos meta cognitivos para reflexionar conjuntamente sobre el aprendizaje como proceso y como producto.
- Procesos de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación para enriquecer y perfeccionar el aprendizaje, dentro de la concepción de la evaluación formativa.
- Transferencia y aplicación de lo aprendido en los ejes temáticos a situaciones prácticas y de la vida cotidiana institucional.
- La importancia de generar aprendizajes en un contexto de participación individual y/ o cooperativo.

CUADROS DE PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS ACCIONES ESTRATÉGICAS DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN.

COMPONENTE: I MÓDULO. DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

OBJETIVOS	CONTENIDOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS	MATERIAL ACADÉMICO	Nº SESIÓN	H SESIÓN
Mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa "Dora Jacinta Zapara Zegarra" del Distrito de "La Arena" a través del Programa de Desarrollo de Habilidades sociales, fundamentado en la Teoría interpersonal de Gardner para fortalecer las Relaciones Interpersonales en los estudiantes de Educación básica Regular.	Importantes estrategias para solicitar y pedir ayuda Las mejores formas y medios para una participación activa. Las instrucciones correctas claras y acertadas. Habilidad para seguir instrucciones Reconocimiento de errores y maneras acertadas de disculparse El convencimiento real y el arte de persuadir	Entiende, las diversas formas y estrategias para solicita apoyo en momentos difíciles Comprende las formas de adaptarse a los demás e integrarse a los demás. Asimila las pericias para indicar tareas o recibirlas amablemente. Expresa conformidad para la recepción de instrucciones. Reflexiona con respecto a los errores que comete el ser humano y lcomo desarrollar la capacidad de perdonar. Entiende las técnicas que se deben utilizar para convencer a las personas y para persuadirlas de tomar caminos equivocados	Motivación con el análisis de un caso. .Activación de saberes previos. Planteamiento de situaciones problemáticas Conferencia magistral del experto consultor Trabajo en grupos pequeños., para procesar la información elaborando organizadores. Exposición De los grupos. Aplicación de la autoevaluación , evaluación y heteroevaluación .Lectura seleccionada sobre un fragmento de la obra Siete estrategias exitosas para desarrollar la inteligencia emocional de Marziyah Panju	Separata Cómo mejorar tus habilidades sociales: programa de asertiyidad, autoestima e inteligencia emocional 3ª ed. Elia Roca Villanueva Cañón multimedia Laptop Equipo Multimedia Separata Fichas	1 2 3 4 5 6 7 8	4 4 4 4 4 4 4 4

CUADROS DE PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS ACCIONES ESTRATÉGICAS DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN.

COMPONENTE: II MÓDULO. TALLERES: **HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS**

OBJETIVOS	CONTENIDOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS	MATERIAL ACADÉMICO	Nº SESIÓN	H SESIÓN
Explicar la importancia del empoderamiento individual de las habilidades y destrezas sociales en el esfuerzo comunitario.	Conociendo mis propios sentimientos Dificultades para expresar nuestros sentimientos Empatía y Comprensión de los sentimientos de l@s demás Habilidad para Enfrentarse con el enfado de otr@ Detalles para expresar el afecto Como resuelvo mis miedos y mis temores Me amo, Me quiero. La forma de auto recompensarse	Explica y reconoce los sentimientos positivos y negativos que cultiva y practica su autoevaluación personal, Entiende y explica las diversas dificultades que significa expresar sentimientos de agradecimiento, cariño y amor hacia el prójimo Se muestra empático hacia el sufrimiento de los demás a través del dicho "ponte en los zapatos del otro" Reconoce el enfado de los demás y practica las diez mejores formas de resolver conflictos. Practica las diversas maneras de hacer llegar detalles cariñosos a sus compañeros. Practica ejercicios de relajación y enfrenta sus miedos y sus temores en las terapias desarrolladas. Empieza a quererse mas y a valorarse como persona, compañera y amiga.	Motivación con el análisis de un caso. .Activación de saberes previos. Planteamiento de situaciones problemáticas Conferencia magistral del experto consultor Trabajo en grupos pequeños., para procesar la información elaborando organizadores. Exposición De los grupos. Aplicación de la autoevaluación , evaluación y heteroevaluación Lectura seleccionada sobre un fragmento del libro "No creo en circunstancias, creo circunstancias" Francisco Giménez	Separata Liderazgo Situacional * Cañón multimedia Laptop Equipo Multimedia Separata Fichas.	1 2 3 4 5 6 7 8	4 4 4 4 4 4 4 4

CUADROS DE PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS ACCIONES ESTRATÉGICAS DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN.

COMPONENTE: III MÓDULO. TALLERES: HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN

OBJETIVOS	CONTENIDOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS	MATERIAL ACADÉMICO	Nº SESIÓN	H SESIÓN
Describir cómo una visión compartida es importante para el desarrollo de las habilidades sociales.	Estrategias para pedir permiso Compartir contigo La ayuda a l@s demás El arte de negociar Cómo emplear el autocontrol Habilidad para defender los propios derechos Formas de responder a las bromas Evitando problemas con l@s demás No entrar en peleas	Comprende y ensaya las diversas estrategias para solicitar permisos de manera correcta y amable Explica las experiencias positivas y negativas del acto de compartir ideas pensamientos, y cosas con los demás. Comprende las formas de establecer acuerdos para pactar y negociar con tus compañeros. Ensaya las habilidades para protegerse y proteger a los derechos de los demás. Sabe actuar y responder a bromas de todo calibre, enfrentando con naturalidad las mofas. Sabe situarse correctamente en el momento de un conflicto. Propone alternativas de solución para salir exitosamente de situaciones difíciles.	Motivación con el análisis de un caso. .Activación de saberes previos. Planteamiento de situaciones problemáticas Conferencia magistral del experto consultor Trabajo en grupos pequeños., para procesar la información elaborando organizadores. Exposición De los grupos. Aplicación de la autoevaluación , evaluación y heteroevaluación .Lectura seleccionada sobre Siete estrategias exitosas para desarrollar la inteligencia emocional Marziyah Panju	Separata Formación de la Etica en Valores * Cañón multimedia Laptop Equipo Multimedia Separata Fichas.	1 2 3 4 5 6 7 8	4 4 4 4 4 4 4 4

CUADROS DE PROGRAMACIÓN ESPECÍFICA DE LAS ACCIONES ESTRATÉGICAS DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN.

COMPONENTE: IV MÓDULO: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

OBJETIVOS	CONTENIDOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS	MATERIAL ACADÉMICO	Nº SESIÓN	H SESIÓN
Que el/la alumno/a, cuando tiene un problema interpersonal, elija la solución más adecuada entre todas las alternativas posibles de solución.	Formular una queja Responder a una queja Demostrando deportividad tras un juego Resolución de la vergüenza Arreglárselas cuando le dejan de lado Defender a un/a amig@. Responder a la persuasión. Responder al fracaso Enfrentarse a los mensajes contradictorios Responder a una acusación. Prepararse para una conversación difícil. Hacer frente a las presiones del grupo	Comprende los procedimientos para formular una queja. Sabe defenderse y afrontar una situación problemática. Se muestra alerta y se ciñe a las normas de un juego, asumiendo el triunfo o la derrota en los resultados. Puede salir con frescura y de manera natural de un conflicto. Actúa tranquilamente y se ingenia para desarrollar actividades individuales. Asume una actitud frontal ante la injusticia de las personas, y sale en favor siempre de quien tiene la razón. Responde serenamente al fracaso, entendiendo que habrá nuevas oportunidades para llegar al éxito. Afronta acertadamente situaciones complejas, sin tomar posturas agresivas-	Motivación con el análisis de un caso. .Activación de saberes previos. Planteamiento de situaciones problemáticas Conferencia magistral del experto consultor Trabajo en grupos pequeños., para procesar la información elaborando organizadores. Exposición De los grupos. Aplicación de la autoevaluación , evaluación y heteroevaluación .Lectura seleccionada sobre un fragmento de la obra Los 7 hábitos de la Gente Altamente Efectiva".	Separata Cultura Organizacional * Cañón multimedia Laptop Equipo Multimedia Separata Fichas.	1 2 3 4 5 6 7 8	4 4 4 4 4 4 4

GRUPOS DE DISCUSIÓN E INTERAPRENDIZAJE

Matriz de Planificación

OBJETIVOS ESPECÍFICO	CONTENIDOS MÍNIMOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN	ESTRATEGIAS	MATERIAL ACADÉMICO	Nº SESIÓN	H SESIÓN
Desarrollar reunionesde grupos focales con ellos alumnos de la IE para discutir Analizar y evaluar el Programa de Capacitación, identificando los logros alcanzados las dificultades en su ejecución y las acciones correctivas del Programa.	Primer grupo de discusión sobre Desarrollo de habilidades sociales avanzadas. Segundo grupo de discusión sobre de Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos. Tercer grupo de discusión sobre Habilidades alternativas a la Agresión. Cuarto grupo de discusión sobre Habilidades para hacer frente al estrés.	Analiza, discute y propone alternativas de solución a la problemática existente en la institución educativa sobre el Desarrollo de las Habilidades sociales, en un acta de propuestas y compromisos.	Exposición de problemas del desarrollo de las Habilidades sociales en la Institución educativa de parte del Consultor. Discusión de la problemática analizando las causas y consecuencias aplicando la técnica del árbol de problemas. Y árbol de objetivos. Planteamiento de propuestas de actividades utilizando la técnica del árbol de actividades. Elaboración de conclusiones en un acta y suscripción de compromisos.	Documentos Académicos	04	04

3.3.10. RECURSOS

Humanos:

Equipo de consultoría compuesta por:

a. Psicólogo, Experto en Formación Ética, Valores, habilidades Sociales y Relaciones Humanas.

Materiales:

- Cañón multimedia
- Plumones
- Papelotes
- Cartulinas
- Papel bond
- Cinta masking tape
- Lápices
- Borradores
- Fólderes o five.

Lecturas seleccionadas / Antologías

La preparación de las antologías temáticas por módulo, contiene la selección de textos de lectura. Estos textos son capítulos de libros, artículos y/o ensayos científicos de calidad reconocida sobre gestión de la calidad total y formación ética en valores, habilidades sociales y solución de conflictos.

Recursos multimedia

Son los recursos que se utilizarán en las sesiones en las aulas virtuales: videos, música, fotografías, programas de radio digital, juegos didácticos, Web Quest , blogs, wikis, etc. que se emplearán en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Estos materiales deben formar

parte de la planificación didáctica. Es responsabilidad del consultor respectivo su selección de acuerdo a las necesidades de las sesiones de aprendizaje presenciales o a distancia.

Recursos audiovisuales complementarios

Comprende todos los recursos, que complementan la enseñanza y el aprendizaje. Entre otros: videos, DVD, fotografías, CDROM grabados con los materiales y recursos, preparados para las aulas virtuales.

FINANCIAMIENTO:

PRESUPUESTO DE BIENES:

Descripción	**Unidad de medida**	**Cantidad**	**Costo Unitario**	**Costo Total**
Papel bond	1 millar	5	SI. 22.00	SI. 110.00
Cartulina de color	pliego	100	0.50	50.00
Papelotes	pliego	1 ciento	0.50	50.00
Plumones	unidad	150	0.70	105.00
Lápices	unidad	75	0.70	105.00
Borradores	unidad	75	.0.50	37.50
Fólderes	unidad	75	2.00	150.00
Tijeras	unidad	75	1.00	75.00
Reglas	unidad	75	1.00	75.00
TOTAL				**S/.157.50**

PRESUPUESTOS DE SERVICIOS:

Descripción	**Unidad de medida**	**Cantidad**	**Costo Unitario**	**Costo Total**
Honorarios profesionales:	Horas de Capacitación y Monitoreo	141 horas	50.00	**7,050.00**

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- En el 4to grado de Secundaria de la institución educativa "Dora Jacinta Zapata Zegarra" se encontró que las relaciones interpersonales entre estudiantes están deterioradas, con un clima en el aula tenso, que obstaculiza el logro de objetivos y metas en el ámbito académico, cultural, contribuyendo a la insatisfacción personal y amical del aula.

- También se demostró la ausencia de Habilidades sociales por parte delos estudiantes que se manifiesta en una comunicación inadecuada insultos, riñas constantes, desprecio y hasta agresión escolar que no facilita compartir experiencias ventajosas para desarrollar actitudes de ayuda mutua.

- La propuesta del programa de Desarrollo de Habilidades Sociales basado en la teoría de la inteligencia interpersonal de Gardner que contribuirá en la solución del problema y responde al cumplimiento satisfactorio de los objetivos, de esta investigación. El mismo que está diseñado en cuatro módulos presenciales con asesoría y acompañamiento.

- En cada módulo se estableció los objetivos, contenidos y estrategias para la operacionalización del programa y lograr las capacidades y propuestas para mejorar las relaciones interpersonales y mejorar el clima estudiantil en el aula.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bandura, A. (1987) Teoría del Aprendizaje Social. Madrid: Espasa Calpe

Branden, N. (1995) Los seis pilares de la autoestima, Barcelona: Paidós

Bernal, J. (2001) Liderar el Cambio: El Liderazgo Transnacional Departamento de Educación. Universidad de Zaragoza

Bolívar V. (1997). Liderazgo, mejora y centros educativos. En El liderazgo en educación. (pp. 25-46). Madrid: UNED.

Beatriz, P.; Nusche, B; Hunter & Moorman Mejorar el liderazgo Escolar En Estudios de la OCDE Vol. 1:

Del Prette, Z y Del Prette, A. (2002). Psicología de las habilidades sociales: terapia y educación. México: El Manual Moderno.

Goldstein, A., Sprafking, R., Gershaw, N. y Klein, P. (1980). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza. Biblioteca de Psicología, Psiquiatría y salud. Barcelona: Martínez roca.

Pérez, I. (2009) Habilidades sociales: Educar hacia la auto regulación. Barcelona: Lukabanda y Auroch.

Shneider, S. (2003) Como desarrollar la inteligencia y promover capacidades. Buenos Aires, Argentina: Ed. Cadiex Internacional.

Trianes, M., Muñoz, A. y Jiménez, M. (1997). Competencia social: su educación y tratamiento. España: Pirámide.