

UNIVERSIDAD NACIONAL “PEDRO RUIZ GALLO”
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE SOCIOLOGÍA



*PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
PARA MEJORAR LAS RELACIONES
INTERPERSONALES. CHICLAYO.*

T E S I S

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
SOCIOLOGÍA**

A U T O R A

CHAVEZ PUPUCHE, MABEL KARYN

A S E S O R

MSC. ISIDORO BENÍTES MORALES.

LAMBAYEQUE-PERÚ-2018

DR. DANTE GUEVARA SERVIGON

Presidente

DR. JORGE ISAAC CASTRO KIKUCHI

Secretario

MSC. CARLOS RAVINES ZAPATEL

Vocal

MSC. ISIDORO BENÍTES MORALES.

Asesor

Acta de sustentación

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS Nº 000440

del día VIENEVE de Agosto
del año dos mil VEINTINUEVE; en los ambientes de
SUSTENTACIONES, se reunieron los miembros del jurado
mediante Decreto Nº 162 - 2018-UI-CISE-FACHSE, de fecha 12 de
Agosto de 2018; integrado por:

DR. DANTE ALFREDO GUEVARA SERVIGN
DR. JORGE ISAAC CASTRO KIKUCHI
DR. CARLOS EDUARDO RAVINES ZAPATA
DR. TEODORO BENITES MORALES

evaluando la Tesis titulada: PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES
PARA MEJORAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES, CHICLAZO

CHÁVEZ PUPUCHE MABEL KARIN

SOCIOLOGÍA para obtener el título de Licenciado (a) (as) (as) en
SOCIOLOGÍA

y concluido el acto de sustentación, de conformidad con el Reglamento de Grados y
Títulos de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional
Pedro Ruiz Gallo, Artículos 37, 38, 39, 40, 41; los miembros del jurado procedieron a la evaluación
de la tesis, haciendo una serie de preguntas y recomendaciones a sustentante _____,
quien _____ (a) _____ (a) a dar respuesta a las interrogantes y observaciones.

En consecuencia correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación del trabajo
sustentado en términos de MUY BUENO

del mismo día, en la ciudad de LAMBAYEQUE

se concluyó el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del

SECRETARIO
SECRETARIO
VOCAL

Declaración jurada de originalidad

Yo, MABEL KARYN CHAVEZ PUPUCHE, investigador principal, e ISIDORO BENÍTES MORALES, asesor del trabajo de investigación: “Programa de Habilidades Sociales para mejorar las Relaciones Interpersonales. Chiclayo” declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrara lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo, a que hubiera lugar. Que puede conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, 9 de agosto del 2019

MABEL KARYN CHAVEZ PUPUCHE _____

MSC. ISIDORO BENÍTES MORALES _____

ÍNDICE

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES PARA MEJORAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES. CHICLAYO.

RESUMEN	7
ABSTRAC.....	8
INTRODUCCION	9
CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO	12
1.1. COMO SURGE EL PROBLEMA.....	13
1.2. COMO SE MANIFIESTA Y QUE CARACTERÍSTICAS TIENE EL PROBLEMA	15
1.3. ANTECEDENTES.....	15
1.4. BASE TEÓRICA	17
1.4.1. Habilidades Sociales.....	17
1.4.1.1. Habilidades sociales según el contexto socio cultural	19
1.4.1.2. Funcionalidad de las habilidades sociales	19
1.4.1.3. Principales características de las habilidades sociales	21
1.4.1.4. Importancia de las habilidades sociales en la educación primaria.....	25
1.4.1.5. Elementos de las habilidades sociales	26
1.4.1.6. Cómo se aprenden las habilidades sociales	28
1.4.1.7. Componentes de las habilidades sociales	32
1.4.1.8. Las habilidades sociales según Goldstein.	34
1.4.1.9. Teoría del aprendizaje social de Bandura.....	38
1.4.2. Relaciones Interpersonales	40
1.4.2.1. Diferentes definiciones sobre las relaciones interpersonales	40
1.4.2.2. Relaciones interpersonales en el entorno social	41
1.4.2.3. Aprendizaje en el aula: Relaciones Interpersonales.....	42
1.4.2.4. Teoría de la necesidad interpersonal W. Schütz.	42
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	45
2.1. DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA EMPLEADA	46
2.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	46
2.3. HIPÓTESIS	47
2.4. OBJETIVOS	47
2.4.1. Objetivo general.....	47
2.4.2. Objetivo específico	47
2.5. INSTRUMENTOS	47
2.6. PROCEDIMIENTOS	48
CAPITULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	50

3.1. RESULTADOS DEL CUESTIONARIO	51
3.1.1. Descripción de resultados:	51
3.1.2. Discusión de resultados	55
3.2. PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES PARA MEJORAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES.	60
3.2.1. Presentación:	60
3.2.2. Objetivo general	61
3.2.4. Contenidos	61
CONCLUSIONES	72
RECOMENDACIONES	72
REFERENCIAS:.....	73
ANEXOS.....	75

RESUMEN

La carencia evidente de las habilidades sociales, repercute inadecuadamente en las relaciones interpersonales. Según Caballo, la conducta social habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas en un contexto interpersonal en el que se expresan sentimientos, actitudes, deseos, etc., de un modo adecuado. Es así que se propone la elaboración de un programa de habilidades sociales para su entrenamiento y mejora de las relaciones interpersonales. Para la ejecución de este trabajo la muestra fue elegida mediante el muestreo no probabilístico, conformada por 26 estudiantes del 5° de primaria de la I.E.P Jorge Basadre ubicada en el distrito de Chiclayo. El tipo de investigación es transversal debido a que se recabó información en un momento único y en base a la información se elaboraron los resultados y posteriormente se elaboró la propuesta. Los instrumentos usados fueron la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, la cual es medida según la escala Likert, teniendo como índice: Siempre, A veces y Nunca y el Registro anecdótico en el que se describen comportamientos importantes del alumno/a en situaciones cotidianas. En función de los datos obtenidos y basándome en programas previos realizados por otros autores, se ha propuesto un programa para los estudiantes, el cual consta de sesiones no cerradas, flexibles y abiertas en función de las necesidades de los sujetos.

Palabras Clave: Habilidades Sociales, Relaciones interpersonales.

ABSTRAC

The evident lack of social skills has an inadequate impact on interpersonal relationships. According to Caballo, skillful social behavior is that set of behaviors expressed in an interpersonal context in which feelings, attitudes, desires, etc. are expressed in an appropriate way. Thus, it is proposed to develop a social skills program for their training and improvement of interpersonal relationships. For the execution of this work, the sample was chosen through non-probabilistic sampling, consisting of 26 students from the 5th grade of the I.E.P Jorge Basadre located in the district of Chiclayo. The type of research is transversal because information was gathered at a single moment and based on the information the results were prepared and the proposal was later elaborated. The secondhand instruments were the List of Checkup of Goldstein's Social Skills, which is measured according to the scale Likert, having as index: Always, Sometimes and never and the anecdotal Record in which important behaviors of the alumno/a are described in daily situations. Depending on the obtained information and me basing in previous programs realized by other authors, one has proposed a program for the students, which consists of not closed, flexible meetings opened depending on the needs of the subjects.

Keywords: Social skills, interpersonal relationships.

INTRODUCCION

Las habilidades sociales (HHSS) constituyen una herramienta imprescindible para el desarrollo personal en todas las facetas de la vida. El ser humano pasa gran parte de su tiempo interactuando con otras personas, por lo que resulta fundamental que disponga de HHSS adecuados para que estas interacciones sean favorables. Las habilidades sociales no son una característica innata ni predeterminada genéticamente, sino un conjunto de conductas socialmente desarrollados que se adquieren mediante la práctica social.

Bandura (1977) en su teoría del aprendizaje social, menciona que las habilidades sociales se entienden como conductas aprendidas para lo cual elaboró principios de aprendizaje para referirse a los efectos que tiene sobre el individuo el aprendizaje observacional (modelado), las expectativas de carácter cognitivo, el valor subjetivo de los estímulos, la especificidad situacional de la conducta y la función que ejercen las conductas cognitivas. Los modelos de adquisición de las habilidades sociales que explican su aprendizaje son los siguientes: El reforzamiento directo, aprendizaje por observación, retroalimentación interpersonal y las expectativas cognitivas. Por otra parte Schütz tomó esto como postulado: que el ser humano tiene necesidad de otros seres humanos: necesidad de aceptación, de comprensión, de libertad; es decir necesidades interpersonales. Tales necesidades sólo pueden ser satisfechas mediante una relación con otra persona; observó que la insatisfacción de una necesidad interpersonal genera en el organismo la misma sensación de ansiedad que la insatisfacción de una necesidad fisiológica como el hambre o el sueño entre otras. Schütz recurrió a una suerte de metáforas espaciales delimitando tres zonas en las que se expresan las necesidades interpersonales: la zona de inclusión, es decir, sentirse parte de un grupo, la de control, es decir el territorio virtual en el que se expresa la necesidad de ser reconocido por el otro como competente y responsable, y también el espacio en el que se expresa el respeto por la otra persona y la de afecto, que hace referencia a la necesidad de ser amado y amar.

Debido a que la escuela constituye uno de los principales medios de socialización, es importante que las habilidades sociales se trabajen en el contexto educativo. Es necesario, por tanto, que se incorporen programas de desarrollo de habilidades sociales en los centros educativos con el fin de mejorar la forma de relacionarse de los alumnos, así como evitarles futuros problemas.

El hecho de que el alumno disponga de habilidades sociales apropiadas, supone una condición esencial para contribuir al desarrollo de su aprendizaje, a su desarrollo emocional, intelectual, mental, afectivo y a la prevención de desajustes sociales (no saber saludar, no dar gracias, no ser gentil, etc.). Por esta razón, el presente estudio nace con el objetivo de detectar deficiencias en habilidades sociales, con el fin de elaborar un programa que les ayude a cubrir las necesidades detectadas. Con esta investigación, se pretende dejar patente la importancia de la prevención e intervención en habilidades sociales, así como mostrar una de las formas de proponer un Programa en el centro escolar que permita la enseñanza y el desarrollo de habilidades sociales adecuadas para la mejora de sus relaciones interpersonales.

Para dar forma al programa, en cuanto a contenido y actividades a realizar, se han revisado varios programas de entrenamiento (Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein, 1989; Monjas, 2002; Vallés Arándiga, 1998).

La estructura del informe de investigación fue distribuido en capítulos; el número uno, se centra en el análisis contextual o situacional, en él se desarrolla el objeto de estudio y la visión factible perceptible del problema donde describimos las tendencias, la presentación del problema en la institución educativa con todas sus características y cualidades.

El capítulo dos, está referido al marco teórico, en donde se analizaron las bases teóricas que sustentan la investigación y que han servido como fundamentos para el desarrollo de la investigación.

Finalmente, en el tercer capítulo se presenta los resultados de la investigación realizada y la propuesta del programa de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales.

Se pone a consideración el presente informe final de investigación, esperando poder contribuir al desarrollo integral de los alumnos en el contexto que se sitúen.

CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1. COMO SURGE EL PROBLEMA

La familia es la unidad o célula o pequeño grupo de la sociedad conformada por un conjunto de individuos vinculados entre sí por relaciones conyugales, consanguíneas, de parentesco o afinidad, cuya vida y actividades se caracterizaron por distintos procesos *materiales* (biológicos, económicos) y espirituales (psicológicos, educativos, morales, judiciales, etc.) (*La familia, base de la sociedad*).

El rol social de la familia está determinado por su participación directa en la reproducción del individuo y de la especie (ontogenia – filogenia), por su función mediadora entre la persona y la clase (y el conjunto de la sociedad) y por la condición de ámbito básico de educación y socialización del niño.

La familia es una institución histórica cuyas formas y funciones están condicionadas por el carácter del conjunto de las relaciones sociales y por el nivel de desarrollo cultural de la sociedad concreta. La familia es el primer agente de socialización donde el individuo se desarrolla y donde tienen lugar las primeras experiencias de sus habilidades sociales. La escuela es el segundo agente de socialización donde el niño aprende las normas y reglas sociales en interacción con sus compañeros. Los objetivos de la escuela, por tanto, no deben enfocarse solamente hacia los contenidos sino también en un desarrollo integral del niño y del adolescente como ser eminentemente social, que vive con principios y normas establecidas donde construye y mantiene constantes relaciones interpersonales de importancia vital. (Díaz G. Raquel, 2014).

Las habilidades sociales son un conjunto de procesos y capacidades que permiten a un individuo conducirse de modo competente en una situación interpersonal dada, desarrollando destrezas necesarias para relacionarse adecuadamente con los demás interactuando en forma satisfactoria e influyendo sobre ellos. Se trata de conductas sociales complejas, verbales y no verbales, aprendidas y orientados a la comprensión de objetivos

determinados que siendo emitidas en un contexto interpersonal expresan de manera adecuada la personalidad de un individuo y que guardando el debido respeto a las conductas similares de los demás tienden a la resolución de los problemas inmediatos de la situación y la reducción de la probabilidad de problemas futuros.

Las habilidades sociales tienen origen en el entorno familiar y se continúan desarrollando en la escuela estando vinculadas ambos a la estructura de una sociedad concreta. (Vallés A. 1998).

A nivel mundial las habilidades sociales están ocupando un espacio muy importante en el desarrollo de las personas, su influencia es necesaria para estar preparados y hacer frente a las exigencias sociales. En ese sentido, es necesario desarrollar en los alumnos las habilidades sociales que permitan desarrollar estas tareas satisfactoriamente.

Teóricamente el profesor consciente de su papel como modelo de conducta de sus alumnos debe potenciar de forma específica la formación en habilidades sociales de sus grupos de alumnos, para que ésta sea parte de su formación como seres humanos y les permita relacionarse mejor en la sociedad. Pero en la actualidad no siempre es así.

En América latina, la sociedad está cada vez más interesada en estimular el desarrollo de las habilidades sociales y tener estudiantes con la capacidad de solucionar conflictos interpersonales, de llevarse mejor con los demás, de expresar sentimientos y puntos de vista, que les permita actuar según las normas socialmente deseable.

En países como el nuestro, la educación se constituye en un decisivo factor de desarrollo económico, social y cultural que no puede estar ajeno a los cambios, es por ello que se debe cultivar en los estudiantes una formación en valores y humanística, pues no se trata de solo transmitir conocimiento y esperar buenas calificaciones.

1.2.COMO SE MANIFIESTA Y QUE CARACTERÍSTICAS TIENE EL PROBLEMA

En la actualidad podemos apreciar con bastante frecuencia que las aulas de clase son escenarios de: estudiantes con diversidad de comportamientos, diferentes estratos sociales, capacidades intelectuales, ritmos de aprendizaje, estilos de trabajo, con niveles de motivación y por supuesto habilidades y relaciones sociales distintas, estos al ser bien desarrollados son fundamentales para mantener una buena convivencia escolar, pero la carencia de estas en capacidades en muchos estudiantes de las aulas del 5° de primaria del colegio Jorge Basadre, refleja una conducta irregular, manifestada en el rompimiento de las normas institucionales, y de convivencia, así mismo, falta de respeto entre compañeros al saludarse, incluso al personal docente y administrativo. Entendiendo que el desarrollo inadecuado de las relaciones humanas puede llegar a ocasionar, fracaso escolar, fracaso laboral, frustraciones, inseguridades, etc.; en ese sentido las relaciones interpersonales y dentro de ella la comunicación interpersonal constituye uno de los pilares fundamentales de la existencia humana, es una dimensión a través de la cual se reafirma la condición de seres humanos y es una de las tareas fundamentales, que el maestro debe promover en el aula.

1.3.ANTECEDENTES

Isaza Valencia (2015) En su artículo científico *“Habilidades sociales en pre-adolescentes y su relación con las prácticas educativas”* Se concluye que:

El contexto familiar ejerce un rol fundamental en el desarrollo social de los pre-adolescentes, dado que prepara los procesos de adaptación a la competencia social en los contextos de socialización externos al hogar.

El contexto escolar también tiene un papel protagónico en el desarrollo de habilidades sociales, los docentes resultan ser figuras significativas que impulsan repertorios sociales esenciales para adaptarse al contexto escolar y lograr una competencia social. Los contextos

escolares y familiares pueden trabajar colaborativamente y constituirse como entornos posibilitadores del desarrollo social.

El éxito en el aprendizaje no depende exclusivamente del nivel intelectual presente en los estudiantes en sus etapas previas de escolaridad, sino de la adaptación alcanzada a través de las actividades y experiencias. Por esto, dificultades en la adaptación en el contexto escolar, puede afectar al estudiante, no solo en lo académico, sino también en lo comportamental. Es por eso que las habilidades sociales permiten que el pre-adolescente logre una adaptación, al entender esta como el proceso durante el cual el estudiante se integra en la vida escolar.

Santos Paucar (2012) en su tesis *“El clima social familiar y las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa del callao”* Lima, Perú. Llegó a las siguientes conclusiones:

Se afirma que la función más importante de la familia, es aquella que sirve como agente socializador que permite proveer condiciones y experiencias vitales que facilitan el óptimo desarrollo bio-psico-social de los hijos. Asimismo, las familias de los alumnos de la institución educativa en estudio vienen cumpliendo sus funciones como afirma Romero, Sarquis y Zegers (1997) quienes sostienen que todas las personas, especialmente los niños, necesitan que los responsables de la familia cumplan ciertas funciones. Manifiesta que la familia es el primer lugar en donde el niño aprende a satisfacer esas necesidades que en el futuro le servirán de apoyo para integrarse a un medio y a su comunidad.

La investigación concuerda con la teoría planteada por Fernández y Carroble (1991) ya que para ellos las habilidades sociales son la capacidad que el individuo posee de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general, especialmente aquellos que provienen del comportamiento de los demás, capacidad observadas y determinadas por los participantes luego de aplicar el instrumento correspondiente.

María Flores Paz (2013) en su tesis: “Aplicación de un programa de habilidades psicosociales basado en el autoconocimiento para fortalecer las relaciones interpersonales de los niños y niñas de tercer grado de primaria de la I.E.P. Marvista, Paita” se llegó a las siguientes conclusiones: Este estudio demuestra en sus resultados que se mejoraron las relaciones interpersonales disminuyendo los conflictos en el aula, comunicándose, para resolver problemas. También se incidió en el autoconocimiento, que es muy importante porque si uno no se conoce, no se podrá amar, tampoco podrá amar a los demás.

La investigación demuestra que la actuación oportuna de la escuela en el desarrollo de habilidades sociales, mediante programas elaborados por los maestros, ayuda a mejorar el desempeño de los alumnos en habilidades sociales y puede prevenir futuras conductas sociales negativas de los niños.

1.4.BASE TEÓRICA

1.4.1. Habilidades Sociales

Son las capacidades que tiene toda persona para ejercer aquellas conductas favorables de acuerdo a la autoestima, comunicación, asertividad y toma de decisiones que le permitan relacionarse con las personas en su vida diaria.

Según Caballo (1986) "Es 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".

Por su parte Lineham (1984), indica que es: "La capacidad compleja de emitir conductas que optimicen la influencia interpersonal y la resistencia a la influencia social no deseada,

mientras que al mismo tiempo optimiza las ganancias y minimizan las pérdidas en relación con las otras personas y mantiene la propia integridad".

Libet (1973), considera la habilidad social como: "La capacidad compleja de emitir conductas que son reforzadas positiva o negativamente y de no emitir conductas que son castigadas o extinguidas por los demás".

Según Alberti (1978) "La conducta que permite a una persona actuar según sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás".

El concepto moderno de habilidad social se inspiró en Crossman (1960). Fue el inglés Argyle (1967) quien en colaboración con Crossman llevó el concepto de la teoría a la investigación, contribuyendo de manera esencial en el desarrollo de esta área (Welford, 1981, pp.847-848), con un enfoque más cognitivo

Los autores Argyle y Kendon (1967) relacionaron el término de habilidad social con la psicología social. Para autores como Trower, Bryant y Argyle (1978) la habilidad social se relaciona con el rechazo y el aislamiento social o la incapacidad de hacer amigos. Así mismo Argyle subraya que estas habilidades pueden ser enseñadas y aprendidas.

Una interesante definición que reúne parte de las características que describen la mayor parte de los autores es la de Trianes (1996) que dice: "Toda habilidad social es un comportamiento o tipo de pensamiento que lleva a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en que está".

Aunque no hay una única definición, sí existe un acuerdo general sobre lo que sí implica el término: "la conducta interpersonal consiste en un conjunto de capacidades de actuación aprendidas y que los modelos de personalidad presuponen una manera de actuar de forma

capaz” (Bellack y Morrison, 1982; Kelly, 1982). La adquisición de la capacidad de respuesta, los factores ambientales, las variables propias de la persona y la interacción entre estos.

1.4.1.1.Habilidades sociales según el contexto socio cultural

En esta línea, la habilidad debe ser considerada en un marco cultural determinado pero los patrones de comunicación, son cambiantes. Y dentro de la misma cultura, influye la edad, el sexo, estatus, educación, etc. Además se debe considerar el grado de eficacia mostrado por la persona, que según lo que desee conseguir podrá variar en un contexto u otro (Linehan, 1984). Independientemente del contexto social, los estudiosos de las habilidades sociales coinciden en que está demostrado que la niñez es el periodo más importante donde se aprenden las habilidades sociales tal y como argumentan Bellack y Morrison (1982).

Según Trower, Bryant y Argyle (1978) en la teoría del aprendizaje social “entran el modelado, las responsabilidades sociales reforzadas o castigadas, la práctica y el desarrollo de las capacidades cognitivas”. Este aprendizaje temprano se ve acompañado del contexto situacional. Y es que la conducta socialmente competente y adecuada depende del contexto social en el que nos encontremos.

1.4.1.2.Funcionalidad de las habilidades sociales

Las habilidades sociales tienen una clara funcionalidad para el individuo puesto que obtiene relaciones con los demás de carácter reforzante y, a su vez, impide que los demás bloqueen el reforzamiento al que uno tiene derecho. Este autor las considera como capacidades funcionales discretas y el nivel de importancia o grado de funcionalidad para el sujeto depende de la frecuencia con que esa persona se encuentre en situaciones en las que es necesario dicha habilidad, así como de la importancia del objetivo a alcanzar.

En nuestra sociedad, el éxito personal y social está relacionado con la sociabilidad del individuo y sus habilidades interpersonales (Monjas, 1933) y, en el caso de los niños, sus

habilidades para interactuar con los iguales y con los adultos significativos (padres, familiares, profesores, conocidos, etc.) forman parte del desarrollo infantil deseable. Estas relaciones entre iguales constituyen oportunidades únicas para que se desarrollen sus habilidades sociales (Díaz-Aguado, 1986).

Mediante la práctica de las destrezas sociales necesarias para la interacción, el individuo adquiere un mayor conocimiento de sí mismo y de los demás. Por lo que respecta a sí mismo, se forma paulatinamente el autoconcepto y se mejora la autoestima en la medida en que se produce un autoconocimiento de cuál es su competencia para interactuar y obtener beneficios psicológicos y, a su vez, se aprende de los demás mediante imitación, constituyendo los iguales y los adultos modelos de copia de cómo interactuar eficazmente. Monjas (1993) señala varias funciones que cumplen las habilidades sociales:

- A. Aprendizaje de la reciprocidad.** En las relaciones con los iguales se aprecia la importancia de la reciprocidad entre lo que se da y lo que se recibe.
- B. Adopción de roles.** Se aprende a asumir el rol que corresponde en la interacción, la empatía, la toma de perspectivas el ponerse en lugar del otro etc.
- C. Control de situaciones.** Se aprende a asumir distintas situaciones en el grupo como pueden ser la posición de dirección o el seguimiento de instrucciones.
- D. Comportamiento de cooperación.** La interacción con el grupo permite el aprendizaje de destreza de colaboración, compartir tareas, trabajar en grupo, establecimiento de acuerdos, expresión de diferencias, etc.
- E. Autocontrol y regulación de la conducta.** En función del *feed back* recibido de los demás.
- F. Apoyo emocional de los iguales.** La expresión de sentimientos tales como: afecto, alianza, ayuda, apoyo, compañía, aumento del valor, etc.
- G. Aprendizaje del rol sexual.** Se desarrollan los criterios morales y el sistema de valores.

En opinión de Michelson et al., (1983) el comportamiento interpersonal del niño juega un papel vital en la adquisición de reforzamientos sociales, culturales y económicos. Los niños que carecen de los apropiados comportamientos sociales experimentan aislamiento social, rechazo y son menos felices.

1.4.1.3.Principales características de las habilidades sociales

Estableceremos algunos rasgos más relevantes que caracterizan a las habilidades sociales.

✓ *Estructura de las definiciones.*

Algunas de las definiciones ponen de relieve la importancia del contenido es decir, aquellos que forman parte del comportamiento como es el caso de expresar opiniones, sentimientos, actitudes, deseos, derechos, elogios, autoafirmación, patrón complejo de respuestas, etc. Otras definiciones conceden importancia, además a las consecuencias como es el caso de lograr relaciones efectivas, preservar la propia integridad, ejercer autocontrol, conseguir algo agradable y evitar lo desagradable, obtener reforzamiento, obtener beneficios, evitación de problemas, etc. La característica común de las definiciones es la existencia de un contenido conductual y la obtención de unas consecuencias (reforzamiento social).

✓ *Características de las conductas*

Las habilidades sociales son conductas manifiestas, observables en las distantes situaciones interactivas en las que se ponen de relieve y se adquieren principalmente a través del aprendizaje reforzado socialmente, ya sea con carácter incidental o como consecuencia de un entrenamiento específico. Es de gran importancia el entorno interpersonal en el que se produce dicho aprendizaje.

Los componentes que presentan las habilidades sociales se encuadran de manera integrada en los tres sistemas de respuesta, es decir: motor y conductual cognitivo y fisiológico (emocional y afectivo).

- A. Conductual:** Son aquellas conductas referidas a acciones concretas tales como hablar, moverse, hacer... (elementos verbales, paralingüísticos y no verbales).
- B. Cognitivo:** Constituidas por la percepción, autolenguaje, pensamientos, atribución o interpretación del significado de las distintas situaciones de interacción social.
- C. Fisiológico:** Se encuadraría en este sistema los elementos afectivos y emotivos, tales como las emociones, sentimientos y los consiguientes correlatos psicofisiológicos: ansiedad, ritmo cardíaco, respuesta psicogalvánica, etc. derivados de las habilidades sociales puestas de manifiesto y del nivel de competencia social exhibida.

La exhibición de una habilidad social determinada exige la acertada y adecuada combinación de todos estos componentes. Del mismo modo, una habilidad social determinada en términos molares como, por ejemplo, afrontar una crítica constructiva incluye elementos más específicos o moleculares de tipo conductual como: escuchar con atención; de tipo cognitivo: valorar la convivencia de emplear una u otra técnica de rechazo y de tipo fisiológico (afectivo): mantener el equilibrio emocional controlando la ansiedad.

✓ *Obtención de reforzamiento social*

Las habilidades sociales están específicamente dirigidas a la consecución de reforzamiento social. Interactuamos para sentirnos socialmente a gusto y para conseguir en los interlocutores el reconocimiento de nuestra valía personal. El tipo de reforzamiento obtenido puede ser, a juicio de Gil (1993):

- a. Reforzamiento ambiental: El cual incluye la consecución de objetivos de carácter material como conseguir algún objetivo, algún favor, etc. y de carácter social como obtener reconocimiento público, aumentar el número de amigos, etc.
- b. Autor-refuerzo: Ser socialmente competente proporciona gratificaciones personales al sentirse capaz de desarrollar determinadas habilidades de manera

eficaz en las situaciones de interacción. Auto-reforzarse genera pensamientos y auto-verbalizaciones positivos (el lenguaje auto-dirigido) que aumentan la autoestima.

✓ ***El carácter cultural***

Las habilidades sociales son entendidas como sujetas a las normas sociales y legales que regulan la convivencia humana y supeditada, asimismo, a las exigencias y criterios morales propios del contexto sociocultural en el que se ponen de manifiesto. Un claro ejemplo de ellos es el respeto de los derechos humanos.

El grupo cultural de referencia al cual pertenece o en el que se se desenvuelve el individuo enseña a sus miembros las diferentes formas de comportamiento en las situaciones sociales (Carrasco, 1990), estos comportamientos son variables y están determinados por factores situacionales.

✓ ***Especificidad situacional***

Las habilidades sociales son respuestas específicas. Su efectividad depende del contexto concreto de la interacción y los parámetros que pueden concurrir en él. Para que una conducta sea socialmente eficaz deben tenerse en cuenta las variables que intervienen en cada situación en las que se exhibe la destreza social. Maciá, Méndez y Olivares (1993) señalan los siguientes determinantes situacionales:

- a) Las áreas o contextos sociales en los que habitualmente se desenvuelve el sujeto: familiar, laboral (adultos), escolar (niños), amistades y servicios.
- b) Las personas con las que se relaciona el sujeto y sus características influyen en la conducta social.
 - Sexo: del mismo/del sexo contrario.
 - Edad: mayores/ de la misma edad/menores.

- Grado de conocimiento: muy conocidos/conocidos/desconocidos.
- Nivel de autoridad: superiores/iguales/subordinados.
- Número de personas: una/varias muchas.

El comportamiento social, pues, es diferente en función de la interacción o confluencia de las variables mencionadas. La adecuación de las habilidades sociales depende de las demandas de la propia situación interactiva. Así por ejemplo, un contenido conversacional diferirá según la edad, intereses, grado de intimidad del interlocutor, etc. Un determinado contenido verbal de saludo será distinto y por lo tanto, diferencialmente adecuado, según se empleen los términos: ¡Hey! ¿Qué tal? ¿Cómo estás? o, ¡Encantado de saludarle! Ello exige que el sujeto disponga de un amplio repertorio de conductas de saludo adaptables a las distintas situaciones. De igual modo puede aplicarse el ejemplo al resto de los componentes de las habilidades sociales. No es socialmente comparable la conducta exhibida con un compañero conocido que la manifestada ante personas desconocidas. No es socialmente eficaz saludar a los amigos o desconocidos empleando una jerga técnica profesional y sí lo puede ser entre colegas de la profesión, por ejemplo.

✓ *Naturaleza interactiva y heterogénea*

Las habilidades sociales son interdependientes, flexibles, modulables y ajustadas a las respuestas emitidas por el interlocutor en un contexto determinado. La interacción producida es de naturaleza bidireccional y recíproca. El feed back proporcionado por los interlocutores determina el redireccionamiento o ajuste, en su caso, de las respuestas para adecuarse a las exigencias de la interacción. Una conducta que se considera adecuada entre compañeros de la misma edad no lo es si el interlocutor difiere en edad, sexo, estatus, etc. Las habilidades sociales son también heterogéneas en tanto que incluyen conductas muy diversas que pueden encontrarse en todo el rango de edad, desde la niñez a la vejez. En niveles de funcionamiento muy distintos y en todos los contextos en los que existe actividad humana.

✓ *Orientadas a objetivos*

Las habilidades sociales están orientadas a la consecución de determinados objetivos, es decir, el fruto último de las consecuencias. Así por ejemplo mediante la conducta socialmente competente se pretende conseguir, entre otros, los siguientes objetivos:

- Que nos valoren.
- Disfrutar de las relaciones con los demás.
- Dar a conocer nuestros deseos, sentimientos, etc.
- Conseguir algo con determinado.
- Rechazar un problema.
- Solucionar un problema.
- Dar una imagen de nosotros mismos.
- Manifestar que somos líderes o que no lo somos.
- Convencer a los demás.
- Pasar desapercibidos o hacer notoria nuestra presencia.

1.4.1.4.Importancia de las habilidades sociales en la educación primaria

La Educación Primaria aspira a promover el desarrollo integral de las personas, por ello debemos intentar potenciar todo tipo de capacidades, no sólo las cognitivas o intelectuales, sino también las que hacen referencia a la inserción social, al equilibrio personal o afectivos y a las relaciones interpersonales. En primaria la diversidad del alumnado se acentúa en relación a etapas, ya que se van incorporando nuevos elementos de diferenciación entre ellos, muchos de estos niños son capaces de desarrollar espontáneamente las habilidades y destrezas necesarias para beneficiarse de la convivencia y la interacción con sus compañeros. Pero resulta evidente que otros estudiantes carezcan de esas destrezas, por ello se ven privados de las ventajas que produce la convivencia con otros iguales. Es el profesorado

quien debe proporcionar respuestas diversas y diferenciadas para que la mayoría del alumnado pueda acceder a los objetivos generales.

1.4.1.5.Elementos de las habilidades sociales

Las habilidades sociales están compuestas por diferentes elementos, elementos que los diferentes autores han tenido en cuenta a la hora de describir los elementos que componen las habilidades sociales.

Elementos que componen las habilidades sociales:

- a) Variables: la persona (factores intrínsecos), el ambiente, la conducta;
 - b) Características: específicas; efectivas; conductas verbales y no verbales; sin producir daño a los demás;
 - c) Objetivo: conseguir objetivos, relaciones, autoestima;
 - d) Proceso: recepción y procesamiento de estímulo y respuesta;
 - e) Componentes: conductuales, cognitivos, fisiológicos y ambientales
- a) Respecto a las variables.

Bandura (1978) cita a “la persona, el ambiente y la conducta”. Estos elementos se repiten en otros autores desde diferentes perspectivas. Por su parte, el “modelo interactivo” de McFall y Trower (1982) enfatiza la importancia de la interacción entre las variables mencionadas por Bandura (1978) para producir la conducta.

- b) En cuanto a sus características.

Van Hasselt, Hersen, Whitehill y Bellack (1979) hablan de tres características básicas de las habilidades sociales: “son específicas a las situaciones; la efectividad se juzga según conductas verbales y no verbales mostradas por el individuo (las respuestas se aprenden); el

papel de la otra persona es importante, y la eficacia interpersonal debería suponer la capacidad de comportarse sin causar daño a los demás”.

c) En relación a los objetivos de las habilidades sociales.

Tal y como menciona Linehan (1984) “las habilidades sociales son actos encaminados a conseguir unos objetivos o consecuencias relacionadas con la eficacia para alcanzar los objetivos; mantener o mejorar la relación con otra persona; y para mantener la autoestima”.

d) En el proceso de la conducta.

Robinson y Calhoun (1984) hacen referencia a una recepción interpersonal de estímulos relevantes y de un procesamiento flexible de estos estímulos para generar y evaluar las posibles respuestas, de las que se selecciona la mejor y terminaría con la emisión apropiada o expresión manifiesta de la opción escogida (Curran, 1985). El modelo conductual dice que la capacidad de respuesta tiene que adquirirse y que consiste en un conjunto identificable de capacidades específicas; por lo que una conducta especialmente habilidosa implica:

- Una dimensión conductual (tipo de habilidad);
- Una dimensión personal (variables cognitivas)
- Una dimensión situacional (contexto ambiental).

Por lo que las clases de respuestas son muy diferentes en función de estas tres dimensiones.

Destacan las aportaciones de Caballo (1988) que tras una revisión de trabajos sobre los elementos de las habilidades sociales los resumió en componentes conductuales, componentes cognitivos y componentes fisiológicos. A continuación hacemos un repaso por los conceptos más interesantes de cada uno de estos elementos, teniendo en cuenta diferentes aspectos dentro de cada uno de ellos.

1.4.1.6.Cómo se aprenden las habilidades sociales

La infancia es un período crítico para el aprendizaje de las habilidades sociales (Bellack y Morrison, 1982) y desde la teoría del aprendizaje social, las habilidades sociales se entienden como conductas aprendidas (Caballo, 1987). Para la explicación de los mecanismos que intervienen en ello, autores como Bandura, Rotter, Mischel y Meinchenbaum, entre otros, han elaborado principios de aprendizaje para referirse a los efectos que tienen sobre el individuo el aprendizaje observacional (moderado), las expectativas de carácter cognitivo, el valor subjetivo de los estímulos, la especificidad situacional de la conducta y la función que ejerce las conductas cognitivas tales como las auto-verbalización y auto-instrucciones. Los modelos de adquisición de las habilidades sociales que explican su aprendizaje son, pues, los siguientes:

A. Reforzamiento directo

Un primer mecanismo es explicado por la experiencia directa del sujeto, es decir, por el historial de aprendizaje de cada persona. Ya desde la primera infancia los niños aprenden aquellas conductas que permiten facilitar consecuencias agradables en el ambiente que les rodea. Se llora y como consecuencia se recibe alimento, atención o alivio de las molestias; se sonríe y obteniéndose como consecuencia atención social y estimulación por parte de las persona que rodean al niño. Por el contrario de saludar, por ejemplo, de un niño es ignorada, ésta se extinguirá y difícilmente formará parte de su repertorio de conductas sociales. En la medida que el niño se desarrolla estas conductas se van diversificando y haciéndose más complejas y con mayor proyección en el contexto social. En la medida en que estas conductas obtengan reforzamiento social del medio se instaurarán en el repertorio conductual; por el contrario, si son castigadas no formarán parte de su comportamiento social.

El reforzamiento social que se produce en las interacciones es diferencial en función del valor y “los reforzadores se definen en términos de su valor funcional para aumentar la

probabilidad de que se repita la conducta que les precede” Kelly, 1987. Las conductas sociales infantiles tales como jugar con los compañeros y amigos, conversar, entablar acuerdos, intercambiar experiencias, recibir elogios, etc, varían según las personas y si les resultan o no reforzantes estas acciones se desarrollará o no su repertorio social.

Un segundo mecanismo es explicado, a juicio de Kelly (1981) por la especificidad de las circunstancias en las que se producen las interacciones sociales y el reforzamiento que se produce explica la adquisición de las habilidades sociales. Mischel (1973), cita por Kelly (1987) afirma que si un individuo se enfrenta a una situación interpersonal nueva que percibe y “clasifica” cognitivamente como similar a otras situaciones ya pasadas en las que una determinada respuesta social le resultó efectiva, probablemente se comportará de forma consistente con la conducta que le dio buenos resultados en el pasado. Por otra parte, las contingencias de reforzamiento del sujeto también explican un mecanismo de adquisición de las habilidades sociales. Por lo, general las habilidades sociales al manifestarse en los primeros momentos no reciben un reforzamiento consistente (en realidad las personas no tenemos como objetivo en las interacciones sociales el reforzar sistemáticamente a los demás para que éstos aprendan); por consiguiente,”... si una conducta social se intenta repetidamente sin conducir a ninguna consecuencia positiva, sobre todo en las primeras fases del aprendizaje, puede ser extinguida y dejar de emitirse”.

B. Aprendizaje por observación

Observar cómo se desenvuelve eficazmente otra persona en una situación de interacción social, constituye una fuente de aprendizaje por efectos del modelado comportamental. El aprendizaje por imitación se ha revelado como una poderosa fuente de aprendizaje que moldea progresivamente la conducta social (para una ampliación de los contenidos referentes a las características del aprendizaje observacional, véase Banduras, 69), los niños y adolescentes, señala Kelly (1987), desarrollan nuevas competencias para manejar las

situaciones observando cómo viven los modelos que les rodean: padres, hermanos, amigos, compañeros, etc; es en esa observación cómo puede obtenerse un conocimiento inicial de las habilidades sociales sin poseer previamente una experiencia personal de aprendizaje en situaciones relevantes. En las primeras edades son los padres y los hermanos mayores las personas que se constituyen en modelos objeto de observación; ya en la adolescencia son los compañeros líderes y amigos “expertos” los que funcionan como modelos de imitación, modelando la conducta del sujeto observador.

Además de estos modelos a los que podríamos considerar como “vivos”, existen otros canales de imitación tales como las representaciones de la realidad. Tal es el caso de las imágenes (videos, televisión, cine...) en estas situaciones sociales. Asimismo, otros modelos simbólicos tales como las descripciones idealizadas de la conducta de los demás (la buena persona, el buen estudiante, el buen conversador, el líder, el simpático, etc.) constituye otra fuente de imitación sustitutiva de la realidad.

El número de oportunidades de observación de modelos es un factor determinante del aprendizaje de las destrezas sociales. Aquellos niños que tienen menos ocasiones de observar a compañeros y amigos hábiles en las interacciones sociales tienen menos posibilidades de adquirir destrezas sociales por imitación de modelos.

C. Retroalimentación interpersonal

Otro mecanismo de adquisición de las habilidades sociales es el referido al feed back o reforzamiento social dispensado por nuestros interlocutores. En un contexto social la retroalimentación recibida se refiere a la información por medio de la cual el interlocutor nos comunica su reacción ante nuestra conducta. Como consecuencia de ello, ajustamos nuestra conducta en función de ello. El tipo de feed back proporcionado puede ser negado o positivo. Cuando la información facilitada al interlocutor es negativa debilita algunos

aspectos de la conducta social como puede ser, por ejemplo, reducir el tiempo de hablar del interlocutor puesto que sus comentarios nos están molestando; así mismo, puede aumentar el tiempo de conversación cuando nuestro interlocutor nos ha expresado que somos muy hábiles en determinado tema en este caso se refuerzan algunos aspectos de la conducta social, siendo esta positiva.

El grado de familiaridad del interlocutor determina que recibimos mayor o menor feed back; con amigos y familiares es más frecuente expresar retroalimentación (positiva o negativa) y en la medida en que se interactúa con otras personas con menos familiaridad se produce menor retroalimentación.

D. Las expectativas cognitivas

Las creencias cognitivas son predicciones sobre la probabilidad percibida de afrontar con éxito una determinada situación. En función del resultado obtenido en experiencias similares en ocasiones anteriores, el sujeto desarrollará una expectativa favorable o desfavorable de afrontar una determinada situación social, si un niño ha tenido experiencias favorables con respecto a explicar algún tema (una película, la exposición de un trabajo, preguntar, pedir algo, etc.) a sus compañeros que le escuchan atentamente en la clase; en la próxima ocasión en que de nuevo deba exponer algo, desarrollará una expectativa favorable de éxito y calificará a dicha situación como agradable. Por el contrario, si en ocasiones anteriores ha tenido consecuencias nefastas (no ha expuesto bien, ha recibido críticas negativas, le respondieron de mala manera, se puso muy nervioso, etc.) desarrollará expectativas cognitivas de carácter negativo que se concretan en pensamiento de tipo autodevaluativo, tales como “me saldrá mal”, “yo no sé hacerlo”, “yo no soy bueno, competente” etc. (cogniciones de fracaso) y tenderá a evitarlas. Así pues, las expectativas positivas se adquieren como resultado de experiencias exitosas y las expectativas negativas o

desfavorables se adquieren como resultado de las dificultades sufridas en situaciones embarazosas y se mantienen por cogniciones de fracaso respecto a su ejecución.

1.4.1.7. Componentes de las habilidades sociales

1. Componentes conductuales.

A. Componentes no verbales

- La mirada, sonrisa, gestos, expresión fácil, postura corporal, contacto físico, la orientación corporal, la distancia / proximidad y la apariencia personal.

B. Componentes paralingüísticos

- La latencia de respuesta.
- La voz: volumen, timbre, claridad; tono/inflexión, velocidad, tiempo de respuesta, fluidez, acento...

C. Componentes verbales.

- El habla: componentes básicos, como:
 - Hablar en público
 - La conversación: componentes básicos y habilidades.
 - Los saludos, presentación y expresión de cortesía y amabilidad
 - Iniciar, mantener y terminar la conversación.
 - Hacer amigos: iniciaciones, juegos, invitación, ayuda, cooperación.
 - Aceptar o rechazar una crítica.
 - Pedir y conceder favores.
 - Solicitar cambios de conducta
 - Hacer preguntas, escucha activa y pedir disculpas.
 - Defender y respetar los derechos.

- Autorrevelaciones.
- Tomar decisiones.
- Reforzar al interlocutor (hacer cumplidos).
- Aceptar los refuerzos sociales (recibir cumplidos)
- Ponerse en lugar del otro (empatía)
- Proporcionar retroalimentación
- Expresar emociones, opiniones y sentimientos
- Habilidades heterosociales (relaciones con el sexo opuesto)
- Relaciones con adultos.

2. Componentes cognitivos.

A. Habilidades de percepción social (ambientes de comunicación)

- Formalidad, calidez, privacidad, familiaridad, restricción y distancia.

B. Variables cognitivas de la persona.

- Objetivos y motivación
- Competencia cognitiva: solución de conflictos.
 - Identificar conflictos interpersonales, buscar soluciones, anticipar consecuencias, seleccionar y evaluación de soluciones.
- Constructos y expectativas personales.
- Locus de control y valores subjetivos de los estímulos.
- Autocontrol:
 - Auto-instrucciones, auto-observación, autoevaluaciones y autoconcepto, autoestima y auto-verbalización.

3. Componentes fisiológicos.

A. Manifestaciones psicofisiológicas.

- La tasa cardíaca, la presión sanguínea, la relajación, respiración, respuesta electro-dermales y respuestas electromiografías.

B. Afectivo-emocionales.

- Expresión de emociones y control de la ansiedad. Habilidades de relajación.

Los componentes de las habilidades sociales en la población infantil.

Por lo que respecta a la población infantil, la determinación de que componentes forman parte de su competencia social se ha tomado según dos criterios. El primero de ellos mediante el análisis sociométrica de la popularidad y analizando posteriormente qué conductas verbales y no verbales muestran los sujetos populares y los impopulares (rechazados y elegidos).

El segundo criterio utilizado ha sido el análisis intuitivo de los investigadores que han establecido aquellos componentes que deberían formar parte de la competencia social infantil. De este enfoque dicotómico se derivan ciertos problemas metodológicos ya que, mientras el primer enfoque define a la competencia social en términos de popularidad, el segundo ha venido empleando criterios más objetivables como los parámetros conductuales de frecuencia, intensidad y duración de las interacciones sociales así como su adecuación o pertinencia a las diferencias situaciones.

Para determinar que componentes son los que integran los componentes social de la población infantil debe tenerse en cuenta la edad de los niños o períodos de socialización en el que se encuentren.

1.4.1.8.Las habilidades sociales según Goldstein.

Para Goldstein y otros (1980), recogidas por Pacheco, Zorrilla, Céspedes, & De Ávila (2006, p.00), las habilidades sociales según su tipología son:

Seguendo a Goldstein expongo las 50 habilidades sociales que el autor agrupó en 6 áreas:

Primeras habilidades sociales o H.S. básicas	Habilidades Sociales avanzadas
1. Escuchar 2. Iniciar una conversación 3. Mantener una conversación 4. Formular preguntas 5. Dar las gracias 6. Presentarse 7. Presentar a otras personas 8. Hacer un cumplido.	9. Pedir ayuda 10. Participar 11. Dar instrucciones 12. Seguir instrucciones 13. Disculparse 14. Convencer a los demás.
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión
15. Conocer los propios sentimientos 16. Expresar los sentimientos 17. Comprender los sentimientos de los demás 18. Enfrentarse con el enfado de otro 19. Expresar el afecto 20. Resolver el miedo 21. Autorecompensarse	22. Pedir permiso 23. Compartir algo 24. Ayudar a los demás 25. Negociar 26. Emplear el autocontrol 27. Defender sus derechos 28. Responder a las bromas 29. Evitar los problemas con los demás 30. No entrar en peleas
Habilidades para hacer frente al estrés	Habilidades de planificación
1. Formular una queja 2. Responder a una queja 3. Demostrar deportividad tras un juego 4. Resolver la vergüenza 5. Arreglárselas cuando le dejan de lado 6. Defender a un amigo 7. Responder a la persuasión 8. Responder al fracaso 9. Enfrentarse a los mensajes contradictorios 10. Responder a una acusación 11. Prepararse para una conversación difícil 12. Hacer frente a las presiones del grupo.	13. Tomar iniciativas 14. Discernir sobre la causa del problema 15. Establecer un objetivo 16. Determinar las propias habilidades 17. Recoger información 18. Resolver los problemas según importancia 19. Tomar una decisión 20. Concentrarse en una tarea

A continuación, se expone una definición de las habilidades sociales que señala Ellen McGinnis - Arnold P. Goldstein, en el programa de habilidades para la infancia, traducido por Gutiérrez & Restrepo (s.a):

- **Primeras habilidades sociales o habilidades sociales básicas:** Habilidades sociales básicas que consisten en escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, agradecer, presentarse. Son aprendidas más fácilmente por el niño y a menudo son un prerrequisito para la enseñanza de otras habilidades. Saber escuchar es una habilidad básica, es escuchar con comprensión y cuidado, saber lo que la otra persona trata de comunicarnos y transmitir que hemos recibido su mensaje.
- **Habilidades sociales avanzadas:** Habilidades que desarrolla el individuo para relacionarse satisfactoriamente en entornos sociales, entre ellas pedir ayuda, participar, dar instrucciones, etc. La habilidad de disculparse o admitir ignorancia, es la capacidad de darse cuenta de los propios errores cometidos.
- **Habilidades relacionadas con los sentimientos:** Las cuales se diseñan para tomar conciencia de los sentimientos propios y ajenos. Tiene que ver con mostrar empatía, una habilidad propia del ser humano, que nos permite comprender y experimentar el punto de vista de otros sin por ello tener que estar de acuerdo. Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona para desde allí comprenderle. No basta con entender al otro, hay que demostrarlo. Estas habilidades están relacionadas con la empatía, habilidad que es entendida por Madrigal & Garro (2008) como la habilidad para tener conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los otros y, por lo tanto, estar en capacidad de responder adecuadamente frente a estos. Es la expresión justificada de la ira, desagrado o disgusto, es la manifestación de forma adecuada y respetuosa con los demás, de sentimientos negativos.

- **Habilidades alternativas a la agresión:** Las cuales le proporcionan opciones al niño para el manejo de los conflictos. Creemos que se relacionan con las habilidades que se refieren a la convivencia, ya que esta es una habilidad de las personas para vivir en comunidad, abarca el manejo de las relaciones grupales y resolución de conflictos y facilidad para crear una adecuada identidad grupal. Aquí está la negociación, comunicación dirigida a encontrar una alternativa de solución que resulte aceptable para ambas partes. Dicha respuesta tendrá en cuenta los sentimientos, motivaciones e intereses de ambos. Se cree que aquí está situado el tener comportamientos asertivos o asertividad, tal como lo define DIPUrural. proyecto equal; Fondo social europeo; eQual (s.a), es la forma de actuar que permite a una persona se movilice en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales, sin negar los de los demás. Estos derechos comprenden: derecho a juzgar nuestras propias aptitudes, a cometer errores, a decir “no” sin sentirse culpables, a tener creencias políticas, a no justificarse ante los demás, a decidir qué hacer con el cuerpo, tiempo y propiedad, a ser independientes, a ser quien se quiere y no quien los demás esperan, a ser tratados con dignidad y a decir “no lo entiendo”.
- **Habilidades para hacer frente al estrés:** Habilidades que surgen en momentos de crisis, el individuo desarrolla mecanismos de afrontamiento apropiados. Las cuales se refieren a las situaciones de estrés frecuentemente encontradas por el niño.
- **Habilidades de planificación:** Habilidades relacionadas al establecimiento de objetivos, toma de decisiones, resolución de problemas, etc. Según señala DIPUrural. proyecto equal; Fondo social europeo; eQual (s.a) Les ayuda a definir un problema. Analizar la situación, teniendo en cuenta los elementos, objetivos, así como los sentimientos y necesidades puestos en juego. También les ayuda a evaluar las soluciones, analizar las

consecuencias que cada solución tendrá a corto y largo plazo para las personas implicadas.

1.4.1.9. Teoría del aprendizaje social de Bandura

Desde el punto de vista de Bandura, la mayoría de conductas, actitudes y temores las hemos aprendido en nuestro entorno social por observación. Por eso se le ha llamado, aprendizaje social o aprendizaje observacional. Muchas conductas las hemos aprendido en casa, saludables y no saludables. Costumbres alimenticias, de ocio, de sueño, la expresión emocional. En algunas casas la emoción se expresa de forma abierta, mientras que en otras se disimula. Observa un funeral de una familia vasca y de una familia andaluza y observa la diferencia en la expresión emocional. Sin duda, el factor cultural influye mucho. Ser espontáneo o mostrarse como no se es, se aprende también en casa, saber escuchar o no saber escuchar, ponerse en el lugar de otro, aceptar a los demás como son, o bajo estereotipos culturales, aprender a comunicar eficazmente, expresando abiertamente emociones y deseos, o no hacerlo, es algo que ha sucedido en casa.

Ser asertivo, respetando a los demás, pero defendiendo los intereses personales, exponiendo claramente lo que se piensa y se siente, observar la conducta de uno mismo, y hacer autocrítica, tener en cuenta las opiniones y sugerencias de los demás, lo hemos aprendido en casa o no lo hemos aprendido.

El que se hayan aprendido en casa, o no se hayan aprendido, no quiere decir que no se pueda aprender después en otros lugares.

El aprendizaje social no se da únicamente en casa. Seguimos aprendiendo por aprendizaje social en la calle, en la televisión, en la escuela, en la universidad, en las prácticas... Por lo tanto, si no hemos desarrollado una habilidad, o si la hemos desarrollado inadecuadamente, se puede aprender bien por aprendizaje social.

El aprendizaje social tiene tres momentos:

- Observación
- Fijación en la memoria
- Realización.

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 podremos repetir mentalmente (entrenamiento en imaginación).

Luego, tras fijarlo en la memoria, repetiremos la acción (entrenamiento en la realidad).

Desde el punto de vista de Bandura, aprendemos por observación de modelos. Observamos detenidamente a un modelo si ha captado nuestra atención. Eso sucede si:

- Nos ha emocionado.
- Si nos resulta atractivo
- Si es prestigioso o competente.
- Si nos identificamos.

Una conducta aprendida puede llegar a realizarse o no. Eso depende de:

- La motivación.
- La autoeficacia.

La autoeficacia consiste en la creencia de uno de si va a ser capaz de hacerlo o no. Si creemos que seremos capaces, lo intentamos, sino ni siquiera lo intentamos. La autoeficacia es un constructo muy relacionado con el autoconcepto y con la autoestima.

Desde el punto de vista del aprendizaje social el estilo de relación es aprendido. Nos relacionamos como hemos aprendido. Si aprendemos a relacionarnos de otra manera, nos relacionaremos de otra manera. Podéis constatar que este punto de vista es compatible con el de Erikson y el de Bowlby. .

1.4.2. Relaciones Interpersonales

Todas las personas establecemos numerosas relaciones a lo largo de nuestra vida, y a través de ellas, intercambiamos formas de sentir y de ver la vida; también compartimos necesidades, intereses y afectos.

Resulta increíble es que día a día, podamos relacionarnos con tantas personas considerando que, “cada cabeza es un mundo”.

En esa diferencia, reside la gran riqueza de las relaciones humanas, ya que al ponernos en contacto intercambiamos y construimos nuevas experiencias y conocimientos; pues tenemos que hacer un esfuerzo para lograr comprendernos y llegar a acuerdos.

Esto último no resulta tan complicado, si tomamos en cuenta que la mayor parte de las personas compartimos algunas ideas, necesidades e intereses comunes; por eso, las relaciones interpersonales son una búsqueda permanente de convivencia positiva entre hombres y mujeres, entre personas de diferente edad, cultura, religión o raza.

1.4.2.1.Diferentes definiciones sobre las relaciones interpersonales

- Las relaciones interpersonales son contactos profundos o superficiales que existen entre las personas durante la realización de cualquier actividad. (Mercedes Rodríguez Velázquez)
- Es la interacción por medio de la comunicación que se desarrolla o se entabla entre una persona y al grupo al cual pertenece. (Georgina Ehlermann)
- Es la capacidad que tenemos para trabajar juntos con una meta definida, haciendo del trabajo diario una oportunidad de vida para uno mismo y los seres que nos rodean. (Carmen Cifuentes)

- Es la capacidad que tenemos para comunicarnos entre sí con una o más personas, con respeto y estableciendo lazos de comunicación efectivos.

En nuestra vida, desde que nacemos hasta que morimos, tenemos diferentes tipos de relaciones, con distintas personas, y en cada una de ellas establecemos distintos lazos; estas relaciones podrían ser las siguientes:

- **La familia:** Es el primer grupo al cual pertenecemos, en el que aprendemos a expresarnos y desarrollamos socialmente.
- **Los amigos:** Con los amigos podemos darnos confianza, intercambiar ideas e identificarnos. A veces, los amigos representan los hermanos que hubiéramos querido tener; con ellos establecemos lazos profundos de afecto que nos mantienen unidos por un largo tiempo y desarrollamos un tipo de comunicación diferente al de nuestra familia.
- **La pareja:** Con la pareja, la relación que desarrollamos puede ser totalmente diferente a la que tenemos con la familia y los amigos. Comunicamos que deseamos estar con esa persona, conocerla y que estamos muy motivados para iniciar una relación.

1.4.2.2.Relaciones interpersonales en el entorno social

En una sociedad cada vez más cambiante, acelerada y despersonalizada, el encuentro con el otro y, por extensión, el encuentro de uno mismo a través del otro no es tarea fácil. Sin embargo, esta dimensión interpersonal es un factor común en los múltiples modelos de madurez psicológica propuestos por diferentes autores. Smith destaca la importancia de la capacidad de relación estrecha con otros; auto-objetivación, conocimiento de sí mismo y sentido del humor.

1.4.2.3. Aprendizaje en el aula: Relaciones Interpersonales

La educación es un proceso de relación, ya que implica la transmisión de conocimientos y de valores entre las personas, por ello el tema de las relaciones interpersonales en la escuela ha sido uno de los que ha ocupado mayor atención en el campo de la psicología de la educación y de la psicología social, ya que los resultados dependerán de estas relaciones y de las características de la interacción entre quien enseña y quien aprende.

La bondad o no de las relaciones interpersonales en la educación depende de muchos factores que podemos aglutinar en tres grandes variables: el contexto en el que se desarrollan, la conducta relacional de los participantes y la diferente concepción que en cada etapa se ha tenido de la educación.

1.4.2.4. Teoría de la necesidad interpersonal W. Schütz.

Schütz tomó este como su primer postulado: *El ser humano tiene necesidad de otros seres humanos: necesidad de aceptación, de comprensión, de libertad; es decir necesidades interpersonales.* Tales necesidades sólo pueden ser satisfechas mediante una relación con otra persona. Por otra parte observó que la insatisfacción de una necesidad interpersonal genera en el organismo la misma sensación de ansiedad que la insatisfacción de una necesidad fisiológica como el hambre o el sueño entre otras.

Para el esclarecimiento de sus ideas, Schütz recurrió a una suerte de metáforas espaciales delimitando tres zonas en las que se expresan las necesidades interpersonales: la zona de inclusión, la de control, y la de afecto.

1) Zona de inclusión: Necesidad de ser considerado como existente e importante para otra persona, y de ser aceptado en el mundo del otro y en sus grupos. Necesidad de ser incluido sin ser devorado por los grupos en los que busca integrarse y de sentir también interés por la otra persona.

Esta zona puede ser diagramada en cada caso particular tomando como referencia dos continuos, dos dimensiones complementarias.

a) Desde ser el origen de la interacción con todo el mundo hasta no serlo con nadie.

b) Desde suscitar en el otro el origen de una interacción consigo mismo hasta que el otro no sea nunca el origen de una interacción consigo mismo.

2) Zona de control: Es decir el territorio virtual en el que se expresa la necesidad de ser reconocido por el otro como competente y responsable, y también el espacio en el que se expresa el respeto por la otra persona. Puede ser comprendida sobre la base de dos continuos.

a) El primero va desde el intento de controlar totalmente el comportamiento del otro hasta el no controlar el comportamiento de nadie.

b) Desde suscitar siempre en el otro el ejercicio de su dominio hasta no dejar que lo ejerza nunca.

3) Zona del afecto: Plano que define la necesidad de amar y ser amado por el otro. Al igual que en las otras zonas Schütz propone dos continuos para su comprensión.

a) El primero va desde ser el iniciador de una relación afectiva con todas las personas que puede conocer hasta no ser el iniciador de una relación personal e íntima con nadie.

b) Desde suscitar en el otro el deseo de ser el iniciador de una relación personal siendo éste el polo a tractor hasta no suscitar nunca en otra persona tal necesidad.

Las condiciones ideales para la satisfacción de las necesidades interpersonales se expresan cuando hay un equilibrio entre estas tres zonas y cuando el organismo recurre sólo mínimamente a sus mecanismos de defensa. El comportamiento relacional puede ser

entendido entonces desde esta perspectiva como una combinación de los comportamientos básicos en las zonas reseñadas. Comportamientos que pueden ser diagramados para su comprensión sobre la base de los continuos.

Siendo precisamente en este último caso cuando la necesidad interpersonal se satisface plenamente.

No obstante, para Schütz en toda relación interpersonal se evidencia una propiedad característica: la compatibilidad.

Compatibilidad que ha clasificado didácticamente en tres tipos:

- Compatibilidad recíproca: Dos personas se relacionan más fácilmente cuando manifiestan el mismo interés recíproco, cuando la espera de la una encuentra la espera de la otra.
- Compatibilidad de iniciativa: Dos personas serán más compatibles cuando se da una complementariedad en sus iniciativas. Una prefiere tomar la iniciativa y la otra también prefiere que la relación comience así.
- Compatibilidad en los intercambios: El clima óptimo de intercambio personal varía de una persona a otra. Algunos lo prefieren intenso y otros reservado. El clima de intercambio más compatible entre dos personas se da (aunque resulte casi perogrullesco definirlo) cuando hay intereses similares y cuando encuentran en esa relación más satisfacción que en cualquier otra.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1.DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA EMPLEADA

La siguiente investigación es de tipo propositiva por cuanto se fundamenta en una necesidad o vacío dentro de la institución, una vez que se tome la información descrita, se realizará una propuesta para superar la problemática actual y las deficiencias encontradas. Al identificar los problemas, investigarlos, profundizarlos y dar una solución.

La presente investigación es de carácter cualitativo porque indaga en la condición humana, acoge la complejidad, la ambigüedad, la flexibilidad, la singularidad y la pluralidad, lo contingente, lo histórico, lo contradictorio y lo afectivo. A partir de un enfoque cualitativo, se acepta que el objeto de la investigación es un sujeto interactivo, motivado e intencional, que asume una posición frente a las tareas que enfrenta y la realización puede variar.

La investigación es de tipo transversal pues se evaluó, se describió, se conoció la situación del objeto en estudio y explicó lo que está ocurriendo.

La población que se ha considerado para la investigación en curso, está representada por la unidad de análisis de 26 estudiantes los cuales son pertenecientes a la sección C, determinando dicha muestra a través del procedimiento no probabilístico, es decir que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación.

2.2.FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Los estudiantes del 5to de primaria del colegio Jorge Basadre tienen un escaso desarrollo de habilidades sociales, lo que repercute negativamente en sus relaciones interpersonales

2.3.HIPÓTESIS

Si se elabora un programa estratégico de desarrollo de habilidades sociales entonces los estudiantes del 5to de primaria de la I.E. Jorge Basadre mejoraran sus relaciones interpersonales.

2.4.OBJETIVOS

2.4.1. Objetivo general

Proponer un programa estratégico de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes del 5to de primaria de la I.E. Jorge Basadre.

2.4.2. Objetivo específico

- Diagnosticar las relaciones interpersonales en los estudiantes.
- Fundamentar teóricamente la propuesta.
- Diseñar una propuesta de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales.

2.5.INSTRUMENTOS

El instrumento que se ha utilizado para llevar a cabo la investigación ha sido la Escala de Habilidades Sociales (EHS), realizada por Goldstein el año 1978 y fue traducida al español por rosa Vásquez en 1983 y posteriormente la versión final fue traducida y adaptada por Ambrosio Tomás entre 1994-95. La versión que se uso fue modificada para la investigación. El cuestionario está compuesto por 20 ítems, 4 de ellos redactados en el sentido de falta de aserción o déficit de habilidades sociales y 16 de ellos en sentido positivo. Las alternativas de respuesta son 3, desde “Siempre, a veces y nunca”. Consta de seis indicadores, calificadas de la siguiente manera: primeras HS, HS avanzadas, HS relacionadas con los sentimientos, HS alternativas, HS para hacer frente al estrés y Habilidades de planificación.

El tiempo que se requiere para su aplicación es aproximadamente de 10 minutos. Una alta puntuación refleja la expresión de conductas asertivas, mientras que una baja puntuación indicará dificultad para manejarse con asertividad.

Así mismo se hizo uso del registro anecdótico, en el cual se han redactados los hechos concurrentes surgido en las aulas, patio y dirección que permite descubrir los hechos de estudio y conocerlos con precisión.

2.6. PROCEDIMIENTOS

Los pasos que se han seguido para llevar a cabo el estudio y aplicar el instrumento de investigación seleccionado han sido los siguientes. En primer lugar, se realiza un escrito en el que se exponen al director de la institución de Educación Jorge Basadre los objetivos del trabajo así como el seguimiento y monitoreo constante de los niños y la propuesta para aplicar el cuestionario en uno de los grupos de quinto de primaria, al realizarse los permisos requeridos para esta investigación, la dirección del centro aceptó la propuesta. Como se ha dicho anteriormente, la elección del grupo de quinto de primaria en el que se pasará el cuestionario es considerada población muestral, así mismo se realizó de forma consensuada con la coordinadora académica. El tutor del grupo también es informado al respecto y ofrece su consentimiento para ambas pruebas, el seguimiento y monitoreo y el cuestionario. Para el monitoreo se requiere conectar con los niños, crean vínculos, es por ello que se registró y monitoreo desde el mediados del año escolar en agosto 2017 hasta agosto del 2018. La aplicación del test se ha llevado a cabo en institución, durante el horario habitual en el que los menores acuden a clase. Se ha realizado de forma conjunta y contando con la presencia del tutor en el aula. Durante la aplicación se procura mantener un buen clima con los niños. Se les explica en voz alta las instrucciones del test, antes de repartirlos, y se aclaran las dudas existentes hasta asegurarse que todos los sujetos las han comprendido. Se recalca que no existen respuestas correctas ni incorrectas sino que deben contestar, con la mayor sinceridad,

cómo actúan o actuarían, se sienten o se sentirían, ante distintas situaciones. Se insiste, además, en que respondan a todas las situaciones propuestas, en el caso de que no hayan vivido concretamente la situación descrita se les propone que piensen en qué creen que harían. Aunque no hay tiempo límite para contestar el test, la mayoría de los alumnos no tardan más de 10 minutos en acabar. Cabe señalar que, tanto en el momento de realización de la prueba como a la hora de exponer los resultados, no se ha utilizado ningún tipo de dato personal, guardando en todo momento el anonimato de los participantes. Por último, tras realizar el análisis de los resultados, se ha procedido a realizar la propuesta del programa de intervención. Se pretende entrenar en habilidades sociales, y concretamente en las relacionadas con las relaciones interpersonales, haciendo hincapié en aquellas áreas en las que los resultados reflejan mayores dificultades y/o necesidad de intervención.

CAPITULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. RESULTADOS DEL CUESTIONARIO

La investigación se realizó en la Institución Educativa Jorge Basadre, del distrito de Chiclayo, el mismo que se localiza en la región de Lambayeque. La institución educativa es privada, brinda servicios educativos en los niveles de primaria y secundaria, el nivel primario, que es en donde se basa el estudio, específicamente la población lo integran estudiantes del 5° C, que son en total 26 y se asume como población muestral.

3.1.1. Descripción de resultados:

Tabla n° 1
Primeras habilidades sociales

<i>Ítem</i>		<i>CRITERIOS</i>							
<i>n°</i>	INDICADOR I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES:	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
1	Presto atención a la persona que está hablándome	5	19	7	27	14	54	26	100

Se obtuvieron los siguientes resultados:

INDICADOR I: Con respecto a la pregunta: Presto atención a la persona que está hablándome, se obtuvo como resultado que el 54% nunca lo hace, el 27% lo hace a veces y con el 19% lo hace siempre.

Tabla n° 2

Habilidades sociales avanzadas

<i>Ítem</i>		CRITERIOS							
n°	INDICADOR II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS:	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
2	Pido que me ayuden cuando tengo alguna dificultad	10	38	4	15	12	46	26	100
3	Pido disculpas cuando cometo un error	4	15	5	19	17	65	26	100
4	Reconozco cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pido a la persona adecuada.	7	27	5	19	14	54	26	100
5	Nunca echo la culpa a los demás cuando se trabaja en equipo	8	31	9	35	9	35	26	100

INDICADOR II: En Pido que me ayuden cuando tengo alguna dificultad, el 46% nunca lo hace, 15% lo hace a veces y el 38% lo hace siempre. En Pido disculpas cuando cometo un error solo el 15% lo hace siempre, el 19% a veces y con el mayor porcentaje de 65% nunca lo hace. El 54% respondió que nunca al ítem: Reconozco cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pido a la persona adecuada, el 27% lo hace siempre y el 19% lo hace a veces. Nunca echo la culpa a los demás cuando se trabaja en equipo, tienen un porcentaje igual de 35 las respuestas de nunca y a veces y el 31% lo hace siempre.

Tabla n° 3
Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

<i>Ítem</i>		CRITERIOS							
n°	INDICADOR III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS:	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
6	Soy honesto con mis compañeros sobre cómo me siento	5	19	4	15	17	65	26	100
7	Cuando un amigo hace algo que me ofende mucho, disimulo que no me duele.	0	0	6	23	20	77	26	100

INDICADOR III: Con respecto al ítem, Soy honesto con mis compañeros sobre cómo me siento se obtuvo que el 19% respondió que siempre lo es, el 65% nunca y con el menor porcentaje de 15 respondió a lo es a veces. Cuando un amigo hace algo que me ofende mucho, disimulo que no me duele se obtuvo que el 77% del total nunca disimula y el 23% lo hace a veces.

Tabla n° 4
Habilidades sociales alternativas a la agresión

<i>Ítem</i>		CRITERIOS							
<i>n°</i>	INDICADOR IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS:	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
8	Cuando juego algún deporte, siento que está bien descargar mi cólera físicamente con mis compañeros (golpes, patadas, empujones, etc.)	8	31	8	31	10	38	26	100
9	Me gusta hacer bromas a mis compañeros	14	54	8	31	4	15	26	100
10	Suelo usar apodos o sobrenombres que insulten o molesten a mis compañeros	14	54	8	31	4	15	26	100
11	Acepto sin molestarme las bromas de mis compañeros.	7	27	8	31	11	42	26	100
12	He agredido a mi compañero de clase.	10	38	6	23	10	38	26	100

INDICADOR IV: En: Cuando juego algún deporte, siento que está bien descargar mi cólera físicamente con mis compañeros, el 38 % respondió que nunca lo hace, mientras que con el mismo porcentaje de 31 lo hace a veces y siempre. En el ítem: Me gusta hacer bromas a mis compañeros, el 54% lo hace siempre, el 31 a veces y el 15% nunca lo hace. En: Suelo usar apodos o sobrenombres que insulten o molesten a mis compañeros, el 54% lo hace siempre mientras que el 15% nunca lo hace y el 31% lo hace a veces. En cuanto al ítem: Acepto sin molestarme las bromas de mis compañeros, el 42% nunca lo hace, el 31% respondió a veces

y el 27% del total, respondió siempre y con respecto a: He agredido a mi compañero de clase, se obtuvo con el mismo porcentaje de 38 las respuestas de siempre y nunca, y con un porcentaje de 23 a veces.

Tabla n° 5
Habilidades para hacer frente al estrés

<i>Ítem</i>		CRITERIOS							
n°	INDICADOR V. HABILIDADES: PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS:	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	Ni	%	ni	%	ni	%
13	Soy consciente cuando me han dejado de lado en alguna actividad y, luego hago algo para sentirme mejor.	10	38	7	27	9	35	26	100
14	Decido lo que quiero hacer cuando los demás quieren que haga otra actividad distinta	9	35	7	27	10	38	26	100
15	Reconozco mi capacidad para poder desarrollar una determinada tarea.	10	38	8	31	8	31	26	100
16	Trato de entender cómo se sienten mis compañeros.	8	31	9	35	9	35	26	100
17	Hago mi tarea sabiendo que es para el día siguiente.	13	50	6	23	7	27	26	100

INDICADOR V: En la pregunta: Soy consciente cuando me han dejado de lado en alguna actividad y, luego hago algo para sentirme mejor, el 35% nunca lo hace, mientras que el 38% lo hace siempre y 27% a veces.

Decido lo que quiero hacer cuando los demás quieren que haga otra actividad distinta, el 38% nunca lo hace, el 35% siempre y el 27% a veces. En: Reconozco mi capacidad para poder desarrollar una determinada tarea, el 38% del total, respondió que siempre, mientras que con 31% respondieron que a veces y nunca reconocen dicha capacidad. Mientras en el ítem: Trato de entender cómo se sienten mis compañeros, el 35% responde que nunca y a veces y el 31% siempre lo hace. Con respecto a Hago mi tarea sabiendo que es para el día siguiente. El 50% lo siempre lo hace, mientras que el 27% respondió que nunca y el 23% a veces.

Tabla n° 6
Habilidades de planificación

<i>Ítem</i>		CRITERIOS							
<i>n°</i>	INDICADOR VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN:	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
		ni	%	ni	%	ni	%	ni	%
18	Considero las posibilidades y elijo la que me hace sentir mejor	10	38	7	27	9	35	26	100
19	Ignoras algunas decisiones y solo presta atención a lo que quieres hacer.	7	27	9	35	10	38	26	100
20	Si te aburres, trato de distraerme haciendo algo diferente.	10	38	8	31	8	31	26	100

INDICADOR VI: en tanto al ítem: Considero las posibilidades y elijo la que me hace sentir mejor, el 35% nunca lo hace, mientras que el 38% siempre lo hace, y el 27% lo hace a veces. En cuestión de si Ignoras algunas decisiones y solo presta atención a lo que quieres hacer el 38% nunca lo hace, mientras que mientras que con el 35 lo hace a veces y el 27% lo hace siempre. Y el ítem final Si te aburres, trato de distraerme haciendo algo diferente se obtuvo con mayor porcentaje de 38 que siempre lo hace, y con el mismo porcentaje de 31, lo hace a veces y nunca.

Resultados y discusión

3.1.2. Discusión de resultados

Primeras habilidades sociales

Se puede aprender de otras personas al observarlas e imitarlas, según Bandura, y en el caso de las primeras habilidades sociales eso es cierto pues los niños comienzan su etapa de formación preescolar en nuestras aulas con conductas que han aprendido de sus padres que las repiten al haber tenido oportunidad de observarlas, muchas veces los padres no son conscientes de estos aprendizajes naturales que se dan por imitación en los niños pequeños. En el objetivo específico es describir las primeras habilidades sociales que tienen los niños.

Se consideran primeras habilidades sociales conductas como escuchar, comprender, atender, usar el lenguaje oral en una situación comunicativa, aquí también se consideran las normas de cortesía, llamadas de educación y en el colegio son llamadas normas de convivencia para un mejor clima escolar. En el caso de este estudio se hizo hincapié en el prestar atención a quien está hablando, puesto que se observó deficiencia en esta habilidad, y los resultados del cuestionario lo comprobaron con un total de 54% respondió que nunca lo hacen.

El aprendizaje de las primeras habilidades sociales no es exclusivo de la familia, sino también de este segundo hogar que acoge al niño la escuela, el nivel competente alcanzado por los niños en estas primeras habilidades sociales no se debe exclusivamente a la familia, también el trabajo realizado en la escuela. Como se señala ya en Ministerio de Educación de Perú

(2015), p. 72 se establece la competencia “convive respetándose a sí mismo y a los demás”.

Aunque los padres a veces no entienden el desarrollo de ciertas actividades, como la elaboración de las normas de convivencia del aula a inicio de año, y el establecimiento de normas para las diferentes actividades de aprendizaje, actividades de socialización por medio de las cuales se conocerán; Estas son actividades que buscan como ya se dijo, potenciar y en algunos casos, iniciar el desarrollo, de conductas básicas para sus futuras relaciones sociales, traducidas en normas de convivencia básicas, que no deben ser impuestas, sino deben haber sido elaboradas, luego de reflexionar sobre su importancia para ser asumidas y cumplidas.

Como se ve familia y escuela deben seguir trabajando juntas para promover este aprendizaje por imitación, como un método de enseñanza eficaz para los niños, tal como ya lo demostró Bandura en sus investigaciones.

Habilidades sociales avanzadas

Según la teoría del desarrollo social los niños de 4 años se encuentran en la etapa de la comparación entre iniciativa y sentimiento de culpabilidad, es en esta etapa según Espada (2016) donde comienza a tener interés por relacionarse con otros niños, probando sus habilidades y capacidades.

En su investigación Flores (2013) deja claro el hecho que si desarrollamos habilidades psicosociales mejoran las relaciones interpersonales entre los niños, lo cual según su investigación mejora la percepción que los niños tienen de la escuela, los niños se sienten a gusto en la escuela, no se sienten aislados por sus compañeros, no tienen miedo venir a la escuela.

Tienen más definido el sentido de responsabilidad, y fácilmente ayudan o piden ayudan a su vez son cortos.

Habilidades relacionadas con los sentimientos

Goleman citado por Muñoz, Crespi, & Angrehs (2011) menciona que inteligencia emocional es “la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar los estados anímicos propios y ajenos, es decir, la capacidad para reconocer nuestros sentimientos y los de los otros y la habilidad para manejarlos”.

En el objetivo específico describir habilidades relacionadas con los sentimientos que tienen los niños se ha detectado un porcentaje representativo de 65 y 77 en que nunca son honestos sobre cómo se sienten y en qué no disimulan su dolor ante alguna ofensa. Según los resultados de la investigación podemos decir que a los niños les falta desarrollar habilidades relacionadas con la inteligencia intrapersonal, relacionadas con el autoconocimiento, según lo señalado por Muñoz, Crespi, & Angrehs (2011), este abarca la conciencia emocional y la autoevaluación objetiva, reconocer sus fortalezas y limitaciones.

Habilidades alternativas a la agresión

Las habilidades alternativas a la agresión proporcionan al niño opciones para el manejo de los conflictos, se refieren a la convivencia ya que es la habilidad de las personas para vivir en comunidad.

En el objetivo específico describir las habilidades alternativas a la agresión que tienen los niños, se ha detectado un porcentaje representativo del 31% que aprovechan la hora del curso de educación física, para cometer agresión ante sus compañeros, al 31% le gusta hacer bromas de vez en cuando, no se llaman por sus nombres el 54% y sin embargo hay un 26 % no acepta bromas y el 38% acepta haber agredido a algún compañero, es decir a los niños les falta desarrollar algunas habilidades alternativas a la agresión. Se consideran habilidades alternativas a la agresión como comunicación dirigida a encontrar una solución, defenderse sin violentar al otro, estas son algunas de las habilidades que poseen los niños, sin embargo, hay otras como responder de forma aceptable al ser molestado y aceptar las consecuencias de sus actos que aún les falta desarrollar. El que los niños no posean estas habilidades indicaría según la teoría de Bandura que el niño aprendió estas conductas por imitación de los padres. Los niños que vieron el modelo agresivo recompensado manifestaban mayor agresividad imitativa.

Como observan el niño trae de casa esos comportamientos agresivos que aprendió de uno de los padres, por eso Bandura dice que aunque el aprendizaje social es por imitación, en el caso de los hijos las características de su personalidad es una combinación de ambos padres, esto explica que en una familia, los hermanos del mismo sexo puedan manifestar pautas de conducta completamente distintas, por haber seleccionado para su imitación elementos diferentes de los repertorios de respuesta de su padre y de su madre (Bandura & Walters, 1974, p. 86).

Habilidades frente al estrés

Dentro de la calificación que se hace de las habilidades según Muñoz, Crespi, & Angrehs (2011) estarían dentro del grupo de las habilidades emocionales, las interpersonales aquellas habilidades relacionadas con lo íntimo y personal de un individuo, como el compromiso y el optimismo, son habilidades que se requieren para disminuir los efectos de la ansiedad.

El que los niños estén en porcentajes casi igual en los ítems de ser consciente que lo han dejado de lado y decidir qué hacer a pesar de lo que los otros quieran, el ser empático, y ser responsables explicaría la presencia de problemas de conducta dentro del aula, niños que no aceptan sus errores, niños que no conversan sobre lo que les sucede, lo cual dificulta conocer las situaciones por las que atraviesa, todas estas conductas son importantes que los niños las adquieran porque les van a permitir manejar las situaciones de estrés que se generan en la escuela o en la familia.

Los niños observan a los padres interactuando con ellos así como con otras personas y aprenden su estilo, son su primer modelo, el colegio regula y resguarda su modelo inicial para que se adapte adecuadamente a la sociedad.

Habilidades sociales de planificación

Schütz, en su teoría de las relaciones interpersonales, señala tres condiciones básicas para la compatibilidad, que son de importante desarrollo en los niños, pues estas generan los lazos y los refuerzan, puesto que hay ya un interés recíproco, hay una complementariedad en iniciativas e intercambios puesto que ya comparten intereses y las relaciones sociales son más satisfactorias, es por ello que en la etapa de habilidades de planificación, estos lazos son fundamentales, para que los proyectos u objetivos se lleguen a concretar, para que tengan opciones de elegir y saber cómo afrontar diferentes situaciones así también para tener lo que comúnmente conocemos como “plan B”.

Dado los resultados, a los estudiantes les hace falta afianzar en esta habilidad, pues es suma importancia para poder asumir metas, criticas, afrontar problemas, etc.

3.2. PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES PARA MEJORAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES.

3.2.1. Presentación:

Las habilidades sociales son conductas verbales y no verbales que facilitan el intercambio social. Es decir, actuar adecuadamente, ayudarnos, defender lo que pensamos, sentimos y queremos respetando al mismo tiempo a los demás. Es importante que estas conductas o comportamientos se aprendan tanto en casa, dado que es donde se realiza la socialización primaria, así mismo si esta no cumple con su función, la escuela, deberá afrontar el rol educador. Está demostrado que a mayor capacidad social existe mayor capacidad para afrontar las diferentes situaciones sociales, así también. Si en la infancia se tiene una adecuada competencia social, en la adultez habrá un mayor ajuste personal y social.

El programa se enmarca teóricamente en el ámbito de trabajo de la competencia social y las relaciones sociales e interpersonales. En el programa se distinguen diferentes ámbitos de la actuación con el fin de intentar abordar el problema de un modo global. En general podemos decir que a lo largo del programa se valora el desarrollo de las habilidades sociales a partir de la selección de temas y actividades dirigidas a la formación integral de los participantes como personas. A partir de actividades e intereses básicos e intrínsecamente motivadores se introducen cuestiones sociales o problemas interpersonales ante el análisis y reflexión. De acuerdo con esta caracterización se destacan los aspectos socio- afectivos de la formación, dado que proporcionan un aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales. Cognitivas y afectivas, así como una mejora afectiva de las relaciones interpersonales en la escuela, como fuera de ella.

3.2.2. Objetivo general

Proponer un programa de habilidades sociales, para mejorar las relaciones interpersonales en niños de quinto grado de educación primaria de la I.E. “Jorge Basadre” Chiclayo-2017

3.2.3. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de habilidades sociales y de relaciones interpersonales de los estudiantes.
- Diseñar una propuesta objetiva

3.2.4. Contenidos

Como bien es sabido, los contenidos de aprendizaje en las nuevas enseñanzas se expresan clasificados en tres tipos: contenidos conceptuales (hechos, conocimientos y principios), contenidos procedimentales (saber hacer) y contenidos actitudinales (actitudes, valores y normas).

Se necesita, pues, evaluar qué saben o debe saber (conceptos) los alumnos o alumnas acerca de una determinada habilidad social (por ejemplo: La conversación. Partes: iniciación, mantenimiento y finalización. Los interlocutores...), se necesita también determinar qué deben saber hacer (procedimientos) como, por ejemplo, iniciar una conversación, saludar, defender los propios derechos, etc.; y finalmente, se necesita determinar qué deben sentir (actitudes) (equivalentes a los componentes cognitivos y afectivos- psicofisiológicos del modelo conductual). Gran parte de los contenidos relativos a las habilidades sociales están formulados en forma de actitudes, definidas éstas como una organización duradera de proceso motivacionales, emocionales, perceptuales y cognitivos con respecto a algún aspecto del mundo del individuo.

Evaluar las actitudes que hacen referencia al proceso de socialización del alumno presenta ciertas dificultades ya que no son directamente observables y por lo tanto se han de inferir a

partir de las respuestas de los sujetos ante el objeto, persona o situación de la que se realiza la evaluación subjetiva; no obstante, si bien es cierto que existen numerosos indicadores no verbales de las actitudes tales como los gestos faciales y corporales, silencios, miradas, etc., éstos presentan serias limitaciones para el observador no entrenado.

PROPUESTA:

HABILIDADES: INDICADOR I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES.

- Evalúa y monitorea el lograr un trabajo en equipo con sus pares.
- Optimiza los procesos cognitivos de atención y concentración frente a las diferentes situaciones.
- Mejorar la motivación, atención, auto concepto y estrategias de socialización.

CONTENIDOS

- Desarrolla estrategias cognitivas para prestar atención, evaluar y monitorear el logro de trabajo en equipo con sus pares.
- Desarrolla estrategias cognitivas de aprendizaje para optimizar los procesos cognitivos de atención y concentración frente a las actividades para mejorar sus relaciones interpersonales.
- Desarrolla estrategias cognitivas para mejorar la motivación, atención, auto concepto y estrategias de socialización.

ACTIVIDADES

- Brindar al niño la oportunidad de experimentar, manipular objetivos reales y simbólicos, que se plantee interrogantes y trate de buscar sus propias respuestas.
- Propiciar experiencias que permitan al niño favorecer su autoestima, expresar sus sentimientos, integrarse socialmente.

- Orientar la consecución de un mejor conocimiento de un tema específico, o situación, desarrolla la percepción del espacio y su relación con el tiempo.

METODOLOGÍA

- Participa activamente de las actividades programadas para determinar el desarrollo de habilidades para manipular objetos reales y símbolos.
- Participa activamente en actividades lúdicas que le permita mejorar su aprendizaje y las relaciones interpersonales.
- Trabaja cooperativamente para superar la conducta mantenida en la ejecución de una tarea o actividad y el desarrollo de sus aprendizajes.

MÓDULOS

- Estrategias cognitivas para concentrarse, manipular objetos reales y símbolos.
- Estrategias cognitivas de aprendizaje con respecto a la atención y las conductas mantenidas en el desarrollo de mejorar sus relaciones interpersonales.
- Desarrolla estrategias cognitivas de creatividad para efectuar acciones de atención, auto concepto y socialización.

EVALUACIÓN

- A los participantes:
 - o De entrada.
 - o De proceso.
 - o De salida.

MODULO 01: Estrategias cognitivas para concentrarse, manipular objetos reales y símbolos.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Evalúa y monitorea el lograr un trabajo en equipo con sus pares.	Desarrolla estrategias cognitivas para prestar atención, evaluar y monitorear el logro de trabajo en equipo con sus pares.	Brindar al niño la oportunidad de experimentar, manipular objetivos reales y simbólicos, que se plantee interrogantes y trate de buscar sus propias respuestas.	Participa activamente de las actividades programadas para determinar el desarrollo de habilidades para manipular objetos reales y símbolos.	cuatro semanas

MODULO 02: Estrategias cognitivas de aprendizaje con respecto a la atención y las conductas mantenidas en el desarrollo de mejorar sus relaciones interpersonales.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Optimiza los procesos cognitivos de atención y concentración frente a las diferentes situaciones.	Desarrolla estrategias cognitivas de aprendizaje para optimizar los procesos cognitivos de atención y	Propiciar experiencias que permitan al niño favorecer su autoestima, expresar sus sentimientos,	Participa activamente en actividades lúdicas que le permita mejorar su aprendizaje y las relaciones interpersonales.	cuatro semanas

	concentración frente a las actividades para mejorar sus relaciones interpersonales.	integrarse socialmente.		
--	--	----------------------------	--	--

MODULO 03 Mejorar la motivación, atención, auto concepto y estrategias de socialización.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Mejora la motivación, atención, auto concepto y estrategias de aprendizaje.	Desarrolla estrategias cognitivas para mejorar la motivación, atención, auto concepto y estrategias de socialización.	Orientar la consecución de un mejor conocimiento de un tema específico, o situación, desarrolla la percepción del espacio y su relación con el tiempo.	Trabaja cooperativamente para superar la conducta mantenida en la ejecución de una tarea o actividad y el desarrollo de sus aprendizajes.	Cuatro semanas

HABILIDADES: INDICADOR II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

- Relaciones satisfactorias en diferentes entornos.

CONTENIDOS

- Desarrolla estrategias para la satisfacción personal en diferentes entornos.

ACTIVIDADES

- Propiciar experiencias que permitan al niño favorecer su formación personal, expresar sus sentimientos, integrarse socialmente.
- Conocer, valorar y asumir el compromiso de asumir responsabilidades.

METODOLOGÍA

- Participa activamente en actividades lúdicas.

MODULO 04: Estrategias cognitivas para la mejora de las habilidades avanzadas.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Relaciones satisfactorias en diferentes entornos	Desarrolla estrategias para la satisfacción personal en diferentes entornos.	-Propiciar experiencias que permitan al niño favorecer su formación personal, expresar sus sentimientos, integrarse socialmente. -Conocer, valorar y asumir el compromiso de asumir responsabilidades.	Participa activamente en actividades lúdicas.	cuatro semanas

HABILIDADES: INDICADOR III: HABILIDADES SOCIALES

RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

- Creación de vínculos a nivel personal y social
- Reconocer emociones en uno mismo y reflexionar sobre ellas.

CONTENIDOS

- Reflexionar acerca de las cualidades de cada persona con la que convivimos (escuela, casa, centro de recreación, etc.)
- Superar barreras y bloques generados por alguna mala experiencia en el pasado y mejorar la imagen de uno mismo mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales. Interactuar.

ACTIVIDADES

- Desarrollar estrategias de socialización, sobre sinceridad y empatía.

METODOLOGÍA

- Participa activamente de las actividades programadas para determinar el desarrollo de habilidades de relaciones sociales.

MODULO 05: Estrategias para crear vínculos.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Creación de vínculos a nivel personal y social	Reflexionar acerca de las cualidades de cada persona con la que convivimos (escuela, casa, centro de recreación, etc.)	Desarrollar estrategias de socialización, sobre sinceridad y empatía.	Participa activamente de las actividades programadas para determinar el desarrollo de habilidades de relaciones sociales.	cuatro semanas

MODULO 06: Estrategias para el reconocimiento de emociones.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Reconocer emociones en uno mismo y reflexionar sobre ellas.	Superar barreras y bloques generados por alguna mala experiencia en el pasado y mejorar la imagen de uno mismo mediante el intercambio de comentarios y cualidades personales. Interactuar.	Desarrollar estrategias de socialización, sobre sinceridad y empatía.	Participa activamente de las actividades programadas para determinar el desarrollo de habilidades de relaciones sociales.	cuatro semanas

**HABILIDADES: INDICADOR IV: HABILIDADES SOCIALES
ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN**

- Mejora de las relaciones con sus iguales (relaciones sociales armoniosas)

CONTENIDOS

- Expresar sus emociones adecuadamente, pues reconoce la importancia de estas.
- La agresión ya no es una opción.

ACTIVIDADES

- Orientar la consecución de un mejor conocimiento de sus emociones y de la agresión, desarrolla la percepción del espacio y su relación con el tiempo.

METODOLOGÍA

- Acude a charlas de orientación.

MODULO 07: estrategias para frenar la agresión física y psicología.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOL OGÍA	DURACIÓN
Mejora de las relaciones con sus iguales (relaciones sociales armoniosas)	-Expresar sus emociones adecuadamente, pues reconoce la importancia de estas. -La agresión ya no es una opción.	Orientar la consecución de un mejor conocimiento de sus emociones y de la agresión, desarrolla la percepción del espacio y su relación con el tiempo.	Acude a charlas de orientación.	cuatro semanas

HABILIDADES: INDICADOR V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS

- Imagen positiva de uno mismo.
- Conocerte a ti mismo y valorar lo que eres.
- Identificar la importancia de las habilidades ya aprendidas.

CONTENIDOS

- Reconocer emociones de uno mismo, reflexionar sobre las reacciones de dichas emociones en nuestra vida cotidiana.
- Identificar el propio autocontrol

ACTIVIDADES

- Orientar en situaciones cotidianas

METODOLOGÍA

- Trabaja cooperativamente para poder adaptarse socialmente.

MODULO 08: Estrategias cognitivas para manejo y autocontrol del estrés.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
-Imagen positiva de uno mismo. -Conocerte a ti mismo y valorar lo que eres.	Reconocer emociones de uno mismo, reflexionar sobre las reacciones de dichas emociones en nuestra vida cotidiana.	Orientar en situaciones cotidianas	Trabaja cooperativamente para poder adaptarse socialmente.	cuatro semanas

MODULO 09: Aprendizaje progresivo.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Identificar la importancia de las habilidades ya aprendidas.	Identificar el propio autocontrol a partir de lo ya estudiado.	Orientar en situaciones cotidianas	Trabaja cooperativamente para poder adaptarse socialmente.	cuatro semanas

HABILIDADES: INDICADOR VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN

- Desarrollo autónomo y personal

CONTENIDOS

- Asumir retos y compromisos.
- Desarrollo de nuestra identidad.

ACTIVIDADES

- Brindar al niño su espacio para desarrollarse poniendo en práctica lo aprendido.

METODOLOGÍA

- Monitoreo constante.

MODULO 10: estrategias de planificación.

HABILIDADES	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	METODOLOGÍA	DURACIÓN
Desarrollo autónomo y personal	-Asumir retos y compromisos. -Desarrollo de nuestra identidad.	Brindar al niño su espacio para desarrollarse poniendo en práctica lo aprendido.	Monitoreo constante.	cuatro semanas

CONCLUSIONES

- Queda evidenciado, con los resultados de la encuestas y el monitoreo constante que los estudiantes del 5to de primaria de la institución Jorge Basadre, tienen deficiencias en sus relaciones interpersonales.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda que por la importancia de la investigación, aplicarla en las instituciones correspondientes.
- Sensibilizar a los investigadores sociales para desarrollar una indagación de esta temática.
- Sensibilizar las instituciones en este campo de estudio, para así, darle el reconocimiento e importancia que requiere.



REFERENCIAS:

- ✎ Albert Bandura (1977). Social learning theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall; Spanish edition, Teoría del aprendizaje social, A. Rivi`re, Trans., EspañaCalpe, Madrid, 1982.)
- ✎ Albert Bandura (1925) Teorías de la personalidad. Traducción al castellano Dr. Rafael Gautier. Recuperado de: <http://webspace.ship.edu/cgboer/banduraesp.html>.
- ✎ Bravo C., Gonzales G., Pérez R., Portocarrero D., & Ticlla C. (2015) Propiedades psicométricas de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein. Recuperado: <https://es.slideshare.net/joelcite/propiedades-psicometricas-de-la-lista-de-chequeo-de-habilidades-sociales-de-golstein-2015>
- ✎ Caballo, V.E. (1986) Manual de evaluación de entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo Veintiuno. Recuperado de: <https://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>
- ✎ Díaz G. Raquel Tema: *“La familia como primer agente de socialización. La transformación de la función educativa de la familia a lo largo de la historia. Expectativas familiares respecto a la educación infantil. Periodo de adaptación de los niños y niñas al centro educativo. Relaciones entre la familia y el equipo docente”*.(2014) Recuperado en : <https://www.preparadores.eu/temamuestra/Maestros/InfantilLOMCE.pdf>
- ✎ Dpto. de Orientación - I.E.S. (2003) Sem. Recuperado de: http://chopo.pntic.mec.es/~fferna23/Documentos/tutoria/tutoria_3.pdf.
- ✎ Flores, M. (2013). Aplicación de un programa de habilidades psicosociales basado en el autoconocimiento para fortalecer las relaciones interpersonales de los niños y niñas del tercer grado de primaria de la I.E.P. MARVISTA, Paita, 2013. Piura: Universidad de Piura. Recuperado de: <https://pirhua.udep.edu.pe/handle/11042/1981>
- ✎ Goldstein, A. P.; Sprafkin, R. P.; Gershaw, N.L. Y Klein, P. (1989) Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: evaluación y tratamiento, Barcelona, Martínez Roca. Recuperado d: <https://es.scribd.com/doc/311802344/Goldstein-1989-HHSS-Para-Adolescentes>
- ✎ Giovanna, Velázquez Rodríguez (2015) “Propuesta de un programa para trabajar habilidades sociales en educación infantil” Universidad Internacional de Rioja (Online).
- ✎ Huertas, R. (2017). Habilidades sociales de los estudiantes de 4 años de la I.E.I. N° 001 María Concepción Ramos Campos - Piura, 2016 (Tesis de maestría en Educación con Mención en Psicopedagogía). Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación. Piura, Perú. Recuperado de: https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/3140/MAE_EDUC_362.pdf?sequence=1
- ✎ Isaza, L. (enero-junio, 2015). Habilidades sociales en pre-adolescentes y su relación con las prácticas educativas. Investigium IRE: Ciencias Sociales y Humanas, VI (1), 14-29. doi: <http://dx.doi.org/10.15658/CESMAG15.05060102>
- ✎ La familia, base de la sociedad. Recuperado de: http://www.pps.k12.or.us/district/depts/edmedia/videoteca/prope/htmlb/SEC_74.HTM

- ☞ Las relaciones interpersonales y el aprendizaje. Recuperado de:
<https://belenycopi.wordpress.com/las-relaciones-interpersonales-y-el-aprendizaje/>
- ☞ Liberman, R.P., King, L. W., DeRisis, W.J. y McCann, M. (1975): Personal effectiveness. Champaign, IL Research Press.
- ☞ Metodología de la investigación, capítulo III.
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/3548/4/CAP%20III%20METODOLOGIA.pdf>
- ☞ Miguel A., Cerezo Manrique (2014) “Las habilidades sociales en educación infantil, propuesta de actividades para su mejora” Valladolid-España.
- ☞ Monjas, M. y Gonzalez, B. (1998). Las habilidades sociales en el currículo, ayudas para la investigación educativa. Madrid: CIDE.
- ☞ Programa de enseñanza de habilidades sociales y educación en valores para la convivencia,
recuperado de:
www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales/EscepiMANU.pdf
- ☞ Teoría de la necesidad interpersonal W. Schütz. Recuperado de:
<https://sentiahs.es/sentia/teoria-de-la-necesidad-interpersonal/>
- ☞ Santos Paucar, Luis Alberto (2012) “El clima social familiar y las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa del callao” Lima, Perú. Recuperado en:
http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1323/1/2012_Santos_El%20clima%20social%20familiar%20y%20las%20habilidades%20sociales%20de%20los%20alumnos%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20del%20Callao.pdf
- ☞ Vallés Arándiga, Antonio (1998) ¿Qué son y cómo se aprenden las habilidades sociales? Cuadernos Psicológicos- CEDEIS. Lima-Perú.

ANEXOS

Grado y Sección: _____

	UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO	
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICAS SOCIALES Y EDUCACIÓN		
ESCUELA PROFESIONAL DE SOCIOLOGÍA		

Instrucciones:

Solicito tu colaboración en dar respuesta al siguiente test.

Lee cuidadosamente cada una de las afirmaciones siguientes y decide cuál de ellas te describe correctamente como eres la mayoría de veces. No existe respuesta correcta o errada.

Marca dentro del recuadro **SI** a la afirmación que te define la mayoría de veces, si piensas que la afirmación no corresponde a la mayoría de veces, marca **NO** y si solo es en algunas ocasiones, marca **A VECES**.

ENUNCIADOS	SI	NO	A VECES
1. Rara vez pierdo la paciencia.			
2. Presto atención a la persona que está hablándome.			
3. No hago mi tarea sabiendo que es para el día siguiente.			
4. He golpeado a mi compañero (a) de clase.			
5. Cuando juego un deporte, siento que está bien descargar mi cólera físicamente con mis compañeros (patadas, empujones, etc.)			
6. Soy honesto con mis compañeros sobre cómo me siento.			
7. Me gusta hacer reconciliar a mis amigos.			
8. Me gusta hacer bromas a mis compañeros.			
9. Suelo usar apodos o sobrenombre que insulten o molesten a mis amigos.			
10. Acepto sin molestarme las bromas de mis compañeros.			
11. Pido disculpas cuando cometo un error.			
12. Cuando un amigo hace algo que me ofende mucho, disimulo que no me duele.			
13. No me agradan las personas que no se parecen físicamente a mí.			
14. Nunca echo la culpa a los demás cuando se trabaja en equipo.			
15. Pido que me ayuden cuando tengo alguna dificultad.			
16. Reconozco cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pido a la persona adecuada.			
17. Soy consciente cuando me han dejado de lado en alguna actividad y, luego hago algo para sentirme mejor.			
18. Decido lo que quiero hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta.			
19. Reconozco mi tu capacidad para poder desarrollar una determinada tarea			
20. Considero las posibilidades y elijo la que me hace sentir mejor.			

GUÍA DE OBSERVACIÓN CUALITATIVA

Lugar:		Fecha:	
Hora de inicio:		Hora final:	
Nombre:			
Observador:			
Situación:			
Objetivo de la investigación:			
Objetivo de la observación:			
Hecho n° 1			
Hecho n° 2			
Hecho n° 3			
Hecho n° 4			