

UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
HUMANA



TESIS

**HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DEL
PRIMERO AL QUINTO AÑO DE LA I.E. 20386 JORGE BASADRE, UGEL 10 -
HUARAL**

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR:

JOSE ALBERTO NIZAMA YAMUNAUQUE

LIMA – PERÚ

2015

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres, abuelitos, amigos y una persona muy especial por su apoyo y amor que me impulsaron a seguir luchando para conseguir mis metas

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a mis padres por su cariño, confianza y apoyo en todo momento de mi vida y en especial en el proceso de mi formación profesional.

Por lado agradezco a todas las personas en especial: Jhon, Oscar y Rosmery que de una otra manera contribuyeron a que el trabajo de investigación se pudiera hacerse realidad.

También al Lic. Jaime Muñoz Silva director de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, que amablemente me brindaron su apoyo, tiempo, agradecerle por la confianza depositada y por permitir realizar la presente investigación.

Finalmente, infinitas gracias a todos los docentes y los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto grado de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre que participaron generosamente en el estudio.

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de habilidades sociales en una muestra no probabilística de 237 estudiantes del nivel secundaria de la I.E. 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral, de ambos sexos entre los 12 – 19 años de edad. El diseño que se empleó fue no experimental - de tipo descriptivo. El instrumento de evaluación fue la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. Se obtuvo como resultado que 46.4% de estudiantes de nivel secundario de la I.E. 20386 Jorge Basadre se caracterizan por presentar niveles de habilidades sociales normales, sin embargo, es preocupante que el 19.4% presentan niveles de habilidades sociales bajos. Las áreas con prevalencia de más del 40% de estudiantes con nivel normal son habilidades sociales para hacer frente al estrés (41.4%), habilidades sociales primarias (42.6%), habilidades sociales alternativas a la agresión (43.9%), habilidades sociales relacionadas con los sentimientos (45.6%) y en las habilidades sociales de planificación (57.4%).

Palabras clave: Habilidades sociales, relaciones interpersonales

ABSTRACT

The research was developed in the province of Huaral, whose objective was to determine the level of social skills in a non-probabilistic sign of 237 students of "I.E 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 –Huaral" high school, both male and female sexes between 12- 19 years old. We used a non-experimental design- descriptive. The evaluation instrument was the Checklist of Social Skills of Goldstein. Our results indicate that 46.4% of high school students of the IE 20386 Jorge Basadre are characterized by normal levels of social skills; however, it is worrying that 19.4% have low levels of social skills. Areas with prevalence over 40% of students are normal social skills for coping with stress (41.4%), primary social skills (42.6%), social skills alternatives to aggression (43.9%), social skills related to feelings (45.6%) and social skills planning (57.4%).

Key words: Social skills, interpersonal relationship

INDICE

Caratula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Resumen	iv
Abstrac	v
Índice	viii
Lista de tablas	x
Lista de figuras	xi
Introducción	12
Capítulo I: Planteamiento metodológico	
1.1 Descripción de la realidad problemática	14
1.2 Delimitación de la investigación	
1.2.1 Delimitación temporal	16
1.2.2 Delimitación geográfica	16
1.2.3 Delimitación social	16
1.3 Problema de investigación	
1.3.1 Problema principal	16
1.3.2 Problema secundarios	16

1.4	Objetivos de la investigación	
1.4.1	Objetivos general	17
1.4.2	Objetivos específicos	17
1.5	Justificación de la investigación	18
Capítulo II: Marco teórico		
2.1	Antecedentes de la investigación	
2.1.1	Antecedentes nacionales	20
2.1.2	Antecedentes internacionales	25
2.2.	Definición de las habilidades sociales	27
2.3.	Desarrollo histórico de las habilidades sociales	29
2.4.	Modelos teóricos de las habilidades sociales	32
2.4.1	Modelo derivado de la psicología social	32
2.4.2	Modelo derivado a la psicología clínica	34
2.5.	Componentes de las habilidades sociales	35
2.5.1.	Componentes conductuales	35
2.5.2	Componentes cognitivos – afectivos	37
2.5.3	Componentes fisiológicos	40
2.6.	Clasificaciones de las habilidades sociales	42
2.6.1.	Primeras habilidades sociales	43
2.6.2.	Habilidades sociales avanzadas	44
2.6.3.	Habilidades relacionadas con los sentimientos	45

2.6.4. Habilidades alternativas a la agresión	46
2.6.5. Habilidades para hacer frente al estrés	47
2.6.6. Habilidades de planificación	48
2.7. Factores que influyen en las habilidades sociales	48
2.7.1. Factor ambiental	49
2.7.2. Factores constitucionales	50
2.7.3. Factores psicológicos	50
2.8. Habilidades sociales en población vulnerable	54
2.9. Definición de términos básicos	56
Capítulo III: Metodología	
3.1 Tipo de investigación	59
3.2 Diseño de la Investigación	59
3.3 Población y muestra de la investigación	59
3.3.1 Población	59
3.4 Variable, dimensiones e indicadores	61
3.5 Técnicas e instrumentos de la recolección de datos	
3.5.1 Técnicas	62
3.5.2 Instrumentos	62
3.6 Procedimientos	63

Capítulo IV: Resultados

4.1 Resultados

4.1.1 Análisis descriptivo de nivel de habilidades sociales global para muestra total	65
4.1.2 Análisis descriptivo de nivel habilidades Sociales primarias	66
4.1.3 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales avanzadas	67
4.1.4 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	68
4.1.5 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales alternativas a la agresión	69
4.1.6 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales para hacer frente al estrés	70
4.1.7 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales de planificación	71

4. 2 Discusión de los resultados	72
----------------------------------	----

Conclusiones	77
--------------	----

Recomendaciones	78
-----------------	----

Referencias	79
-------------	----

Anexos

1. Instrumentos	88
-----------------	----

2. Matriz de consistencia	90
---------------------------	----

Lista de tablas

Tabla 1. Clasificación de las habilidades sociales	42
Tabla 2. <i>Distribución entre grado de instrucción y género de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	60
Tabla 3. <i>Definición operacional de las habilidades sociales</i>	61
Tabla 4. <i>Nivel de habilidades sociales global en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	65
Tabla 5. <i>Nivel de habilidades sociales primarias en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	66
Tabla 6. <i>Nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	67
Tabla 7. <i>Nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	68
Tabla 8. <i>Nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión en estudiante del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	69
Tabla 9. <i>Nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	70
Tabla 10. <i>Nivel de habilidades sociales de planificación en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre</i>	71

Lista de figuras

<i>Figura 1.</i> Distribución entre grado de instrucción y género	60
<i>Figura 2.</i> Nivel de habilidades sociales global	65
<i>Figura 3.</i> Niveles de habilidades sociales primarias	66
<i>Figura 4.</i> Nivel de habilidades sociales avanzadas	67
<i>Figura 5.</i> Nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	68
Figura 6. Nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión	69
Figura 7. Nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés	70
Figura 8. Nivel de habilidades sociales de planificación	71

INTRODUCCIÓN

El estudio de la presente tesis constituye un valioso aporte, puesto que, proporciona información válida y objetiva, que permite conocer el nivel de habilidades sociales de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 del distrito de Aucallama – Huaral. Por consiguiente, advertir la presencia de dificultades para relacionarse con otras personas de su entorno, así como para enfrentar exitosamente los problemas que se les presenta en su vida cotidiana. De allí la importancia de desarrollar las habilidades sociales, ya que ayudan a las personas a triunfar en la vida. Así por ejemplo, los alumnos al mejorar estas habilidades sociales pueden mejorar su vida social y tener un desempeño más óptimo en sus estudios secundarios.

La estructura de la presente investigación está dividida en cuatro capítulos principales:

En el capítulo uno, se hace referencia al planteamiento de la investigación. Es decir, contiene el planteamiento y la formulación del problema de investigación, así como se describen e identifican los objetivos de investigación. Por último, contiene la justificación de la investigación.

En el capítulo dos, se hace referencia al marco teórico, en cuya estructura se consideran las investigaciones realizadas a nivel nacional e internacional, concepciones, desarrollo histórico, modelos teóricos, componentes, clasificación y factores que influyen en las habilidades sociales.

El tercer capítulo constituye el marco metodológico, donde se presenta el tipo de investigación, la población y muestra, la técnica e instrumentos de la recolección de datos utilizados.

Finalmente el cuarto capítulo discute los resultados, contrastando los hallazgos con algunos estudios similares y su coherencia con el modelo teórico asumido. Del mismo modo, se señalan las conclusiones, las sugerencias para futuras investigaciones, así como, las referencias bibliográficas y anexos correspondientes a los instrumentos.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Se sabe que los estudiantes de nivel secundario están atravesando la etapa de la adolescencia, caracterizado por un marcado desarrollo físico, psicológico y social, con fortalecimiento de capacidades, temperamento, carácter, personalidad, habilidades sociales entre otros aspectos (Coleman y Hendry, 2003; Rice, 1997), pero también es la etapa donde algunos adolescentes presentan “crisis de identidad” (Woolfolk, 2006), que los conduce a cuestionar ideas, opiniones de las figuras de autoridad, siendo los adolescentes uno de los grupos etarios más vulnerables que se encuentra inmerso en el sistema globalizado. Es en esta etapa donde el adolescente va reconociendo y reflexionando sobre su persona, sobre sus dificultades familiares, existenciales que muchas veces generan tolerancia y superación a la diversidad de conflictos que pudieran tener o bien se dejan abatir por los avatares de la vida (Lacunza y contini, 2011).

Con respecto al tema de las habilidades sociales en niños y adolescentes es trascendental no sólo por su dimensión relacional sino por su influencia en las distintos ámbitos de la vida del individuo, tales como la escolar, familiar, social, emocional, entre otras; así los estudios realizados han puesto de manifiesto que la carencia de habilidades sociales favorece la aparición de comportamientos disfuncionales en el ámbito familiar y escolar (Gil Rodríguez, León Rubio y Jarana Expósito, 1995; Kennedy, 1992; Monjas, 2002; Ovejero, 1998).

En particular, en los estudiantes del primero al quinto año del nivel secundario de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 del Distrito de Aucallama (Huaral) se conoce por observación directa, como también por referencia de las autoridades y docentes, presencia de adolescentes que deciden arreglar sus diferencias por medio de la agresividad, recurriendo a insultos, empujones y golpes, siendo toscas y agresivas las relaciones personales de convivencia entre ellos, acostumbrados a los malos tratos, pues si no se les alza la voz o se les habla fuertemente no obedecen. Por otro lado se caracteriza los estudiantes por tener familias con pocos recursos económicos, muchos de ellos dedicados a la agricultura y ganadería. Asimismo, se enfrenta a serias amenazas de salud, educación, pobreza, desigualdad y violencia, volviéndose más vulnerable; además dicha vulnerabilidad genera una serie de desventajas en cuanto al desarrollo de habilidades sociales. Existe la carencia de personal experimentado en observación de conducta y de comportamientos humano dentro la institución, por ende es importante es la implementación de un departamento psicológico o la asistencia de psicólogos en la institución educativa que esta inmiscuido en la problemática de la población estudiantil.

Por ello es importante identificar y estimar la magnitud del déficit de habilidades sociales de los adolescentes de educación secundaria de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre con el propósito de proporcionar información a las autoridades escolares, departamento de orientación y tutoría, así como al personal docente, con el fin de implementar estrategias que permitan reducir las conductas inadecuadas y a la vez elaborar proyectos de intervención, de prevención, buscando la mejora de las relaciones interpersonales entre los estudiantes y demás integrantes de la Institución Educativa.

1.2 Delimitación de la investigación

1.2.1 Delimitación temporal

El periodo en que se realizó la investigación, abarcó temporalmente el año académico 2013 – II al 2015.

1.2.2 Delimitación geográfica

El estudio de la presente investigación, se realizó en el ámbito educativo del nivel secundaria del primero a quinto año; con la participación de los estudiantes de 12 a 19 años de género femenino y masculino, del turno mañana de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral.

1.2.3 Delimitación social

El grupo social, objeto de estudio, lo constituyen los estudiantes de nivel secundaria del primero a quinto año de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral; sin hacer ninguna diferenciación en género, edad, grado de instrucción.

1.3 Formulación del problema

1.3.1 Problema principal

¿Cuál es el nivel de habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 del distrito de Aucallama - Huaral?

1.3.2 Problemas secundarios

- 1) ¿Qué nivel de habilidades sociales primarias presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año?
- 2) ¿Qué nivel de habilidades sociales avanzadas presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año?

- 3) ¿Qué nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año?
- 4) ¿Qué nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año?
- 5) ¿Qué habilidades sociales para hacer frente al estrés presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año?
- 6) ¿Qué habilidades sociales de planificación presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año?

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Determinar el nivel de habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 del distrito de Aucallama – Huaral

1.4.2 Objetivos específicos

- 1) Identificar el nivel habilidades sociales primarias que presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año.
- 2) Identificar el nivel habilidades sociales avanzadas que presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año.
- 3) Identificar el nivel habilidades sociales relacionadas con los sentimientos que presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año.
- 4) Identificar el nivel habilidades sociales alternativas a la agresión que presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año.
- 5) Identificar el nivel habilidades sociales frente al estrés que presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año.
- 6) Identificar el nivel habilidades sociales de planificación que presentan los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año.

1.5 Justificación de la investigación

La justificación del presente estudio recae en tres contextos de utilidad: teórica, práctica y social.

1.5.1 Teórica

La presente investigación es importante para comprender el peso que tiene las habilidades sociales en el comportamiento de los adolescentes, así como para establecer un indicador de diagnóstico en una realidad educativa de nuestra sociedad actual y con ella sentar para futuras investigaciones de nivel básico o aplicado. Asimismo, la presente investigación busca ampliar y fortalecer el estado de conocimiento científico de carácter empírico en relación a la variable habilidades sociales.

1.5.2 Práctica

El interés de esta investigación, es apreciar de manera objetiva el nivel de las habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral.

Esta investigación va a permitir a los actores que conformen el equipo multidisciplinario del ámbito educativo; tutores o psicólogos, docentes, padres de familia y comunidad en general, tener un conocimiento real de las habilidades sociales en los estudiantes de secundaria, puesto que juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de la persona.

En síntesis, la investigación será importante para tomar medidas correctivas y elaborar programas reeducativos de prevención e intervención que estarán orientados a mejorar las relaciones interpersonales.

1.5.3 Social

Así mismo, resulta importante conocer el estado de las habilidades sociales en los alumnos de secundaria; puesto que las habilidades sociales son de vital importancia para la formación integral de los adolescentes, porque les

permitirán interactuar saludablemente con otras personas, tanto en la institución educativa donde estudia, así como también en la sociedad cada vez más globalizada y altamente competitiva.

Desde el punto de vista pedagógico y social, esta investigación tiene relevancia porque los resultados del presente estudio permitirán tanto a los padres de familia como a los directivos de la institución educativa, tomar acertadas decisiones, tanto en la planificación educativa familiar como en la planificación educativa institucional, de tal manera se tenga en cuenta la importancia de unas adecuadas relaciones interpersonales para el desarrollo óptimo de las habilidades sociales, muy necesarias para los alumnos.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

Las investigaciones realizadas con relación a la variable de estudio, se presentan desde diferentes enfoques. A continuación presentaremos diferentes investigaciones, realizadas a nivel nacional e internacional.

2.1.1 Antecedentes nacionales

En nuestro medio encontramos diversas investigaciones, que adoptan como variable, a las habilidades sociales; entre ellos tenemos:

Lescano, Tomás y Vara (2003) realizaron una investigación, sobre habilidades sociales a nivel nacional. Mediante un estudio descriptivo-correlacional, determinaron la frecuencia e incidencia de las habilidades sociales. Por otro lado, analizaron las propiedades de fiabilidad y validez de la "Lista de Chequeo de habilidades sociales de Goldstein". La población del estudio se compone de 2,321 Centros Educativos. Bajo un muestreo intencional, se seleccionaron 8,900 alumnos procedentes de 24 regiones del país, siendo el 52.9% mujeres y 47.1% varones. La edad promedio de la muestra, es de 13.84 años. Entre los principales resultados se destacan: los adolescentes escolares tienen serias deficiencias en el repertorio de habilidades relacionadas a los sentimientos, las habilidades frente a la ansiedad y las habilidades de autoafirmación. En casi todas las escalas, las mujeres presentan más habilidades sociales que los varones, especialmente en las habilidades relacionadas a los sentimientos. En sentido contrario, los varones tienen mayores habilidades sociales relacionadas a la autoafirmación personal. Se considera que a pesar que los adolescentes mayores informan, poseer menos habilidades sociales que los adolescentes menores. El repertorio de habilidades sociales entre

ambos grupos es idéntico, si se considera, que las situaciones a las que se enfrentan los adolescentes son más complicadas, a medida que crecen, careciendo de habilidades específicas para las mismas.

Chambi (2004) sustentó en la Universidad Nacional de San Agustín, la tesis titulada: "Relación entre habilidades sociales y las dimensiones de personalidad en adolescentes". Para optar el título de licenciatura en enfermería. El objetivo de esta investigación fue descubrir, comparar, así como, relacionar los factores de las habilidades sociales y las dimensiones de la personalidad de los adolescentes del quinto año de educación secundaria de centros educativos estatales, mismos que viven en zonas urbanas y marginales del distrito de Paucarpata. El tipo de estudio aplicado fue descriptivo y correlacional. La muestra estuvo constituida por 271 adolescentes de ambos sexos, a quienes se les aplicó la escala de habilidades sociales y un cuestionario para la valoración de personalidad. Concluyéndose que existe una relación leve, significativa y positiva entre los factores de las habilidades sociales y las dimensiones de la personalidad.

Landázuri (2007) realizó una investigación de tipo no-experimental, utilizando un diseño correlacional, teniendo como propósito determinar la asociación entre el rol de agresores y el rol de víctimas de intimidación escolar, con la autoestima y las habilidades sociales de estudiantes de un colegio particular mixto del distrito de San Borja, en Lima. Aplicándose para ello tres pruebas: el Cuestionario sobre Intimidación y Maltrato entre Iguales de Ortega (versión modificada), el Inventario de Autoestima de Coopersmith y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. Las pruebas fueron aplicadas a 671 alumnos, entre 11 y 17 años de edad, quedando la muestra final constituida por 663 alumnos que cumplían los criterios de inclusión. Por lo demás, se encontró una asociación moderada entre el rol de agresor y el rol de víctima de intimidación escolar. Asimismo, se halló diferencias entre el rol de agresor y el rol de víctima de intimidación, en las áreas de: autoestima general, autoestima social y primeras habilidades sociales. En efecto, las víctimas obtuvieron los

puntajes más bajos en las áreas de autoestima general, autoestima social, autoestima hogareña y primeras habilidades sociales; mientras que los agresores alcanzaron puntajes bajos en el área de autoestima hogareña. Se llegó a las siguientes conclusiones: Las únicas áreas que hicieron posible establecer una mejor predicción del rol de agresor y el rol de víctima de intimidación fueron, la autoestima social y la autoestima escolar; se encontró prevalencia del rol de los agresores de 13,6% y de 12,4% en el rol de las víctimas.

Velásquez et al. (2009) realizaron un trabajo de investigación en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, sobre las habilidades sociales y filosofía de vida de los alumnos de secundaria. Para el estudio se tomó una muestra de 675 alumnos, 470 fueron varones y 205 mujeres, de 17 instituciones educativas nacionales, cuyas edades oscilan entre los 13 y 20 años, de los cuales 341 no participaron en actos violentos y 334 si lo hicieron. El estudio los llevó a plantearse la hipótesis de la existencia de una relación entre las habilidades sociales y la filosofía de vida de los estudiantes, con y sin participación en actos violentos. El enfoque fue cuantitativo, el tipo de estudio descriptivo. La medición de las habilidades sociales se realizó a través de la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2000), modificado y adaptado para Lima Metropolitana, compuesto de 38 ítems. Obtuvieron como resultado que los preadolescentes a diferencia que los adolescentes, muestran una mejor disposición hacia las habilidades para hacer peticiones oportunas y una preferencia hacia orientar su comportamiento por el amor; y el otro resultado es con respecto al género, donde revela que las mujeres tienen más capacidad que los varones en cuanto el control interno y externo de las emociones. Asimismo demostraron la importancia que tienen las habilidades sociales en la expresión de las emociones, así como la necesidad de fomentarlas a temprana edad, esto con la finalidad de disminuir las conductas agresivas en los individuos, y de esta forma se genere una educación en valores, con un ambiente propicio para el convivencia armoniosa de las sociedades actuales.

Magariño (2011) realizó una investigación con un diseño no experimental, de tipo descriptiva – correlacional, llamada “Habilidades sociales y agresividad en escolares, de una Institución Educativa Nacional de Independencia”. Utilizó como muestra 265 estudiantes de secundaria. La prueba psicológica que usó, fue la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el Inventario de Agresividad Buss y Durke. Obtuvo como resultado, que el 58.9% presentan adecuadas habilidades sociales, y el 41.2% presentaron bajos niveles de habilidades sociales. En cuanto a agresividad, se refiere que el 74.7% obtuvieron una agresividad alta y el 25.3% presentaron niveles bajos.

Por otro lado Gil (2011) realizó una investigación con un diseño no experimental, de tipo descriptiva – correlacional, llamada “Habilidades sociales y autocontrol en escolares de una Institución Educativa de Independencia”. Utilizó como muestra 265 estudiantes de secundaria. Las pruebas que aplicó, fueron la Escala de Autocontrol de Kendall-Willcox y La Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein. Obtuvo como resultados que los estudiantes presentaron niveles adecuados de autocontrol (72.5%) y de habilidades sociales (58.9%). Respecto a las habilidades sociales, según sexo, se halló diferencias significativas ($t = -2,457$, $gl = 263$, $p < 0,01$), los varones presentaron mejores habilidades.

Vidales y Llanos (2012) sustentaron en la Universidad Señor de Sipán, la tesis titulada: “Habilidades Sociales y Clima Social Familiar en alumnos del quinto grado de secundaria”. Para obtener la licenciatura en Psicología. El tipo de estudio aplicado fue descriptivo y correlacional. Para la obtención de los datos se evaluó a 86 estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Mixta. Se utilizó la escala de habilidades sociales EHS de Elena Gismero Gonzales y la escala de clima social en la familia de Moos y Trickett, por lo que ambos gozan de confiabilidad y validez. Los resultados de la investigación fueron procesados por el coeficiente de correlación de Pearson, determinándose que existen correlaciones significativas e inversas de la habilidad social autoexpresión de situaciones sociales con las dimensiones relación ($r = -0.23$; $p < 0.05$) y estabilidad ($r = -$

0.29; $p < 0.01$); se encontró además que no existen correlaciones significativas entre las habilidades sociales de defensa, de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones, iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto y las dimensiones del clima familiar social. Los resultados revelan, que la mayor parte de los alumnos del quinto de secundaria se ubican en la categoría bajo en las habilidades sociales de autoexpresión de situaciones sociales (49.4%), defensa de los propios derechos del consumidor (48.2%), expresión de enfado o disconformidad (56.6%), decir no o cortar interacciones (34.9%) y hacer peticiones (56.6%). Lo cual significa que los alumnos tienen inconvenientes para expresar de manera espontánea a distintos tipos de situación social, a expresar conductas asertivas frente a desconocidos, en defender los propios derechos en situaciones de consumo; también tienen limitaciones en expresar discrepancias, prefiriendo callarse lo que les molesta, inconvenientes para cortar interacciones que no desean mantener, dificultad para expresar peticiones de lo que quieren a otras personas, una baja capacidad para interactuar con los demás y manejar razonablemente inconvenientes de índole interpersonal.

Morales (2013) sustentó en la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, la Tesis titulada: "Habilidades sociales que se relacionan con las conductas de riesgo en adolescentes de la Institución educativa Fortunato Zora, Tacna- 2012". Realizado en el nivel secundario, con el objetivo de determinar la relación que existe entre las habilidades sociales y las conductas de riesgo en los adolescentes; para tal efecto, el tipo de estudio aplicado fue descriptivo, correlacional y de corte transversal; tomando como unidades de estudio a 129 adolescentes, de ambos sexos, cuyas edades oscilan entre los 15 y 19 años. Para la selección de datos se utilizó como técnica, la encuesta y como instrumentos, el cuestionario Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero (EHS) y Conductas de Riesgo. Con respecto al nivel de habilidades sociales, el 54,3% de los adolescentes presentan un nivel promedio y el 38,8% un nivel bajo. Así también, se observa que el 7% de los adolescentes presentan un nivel alto.

Por otro lado, Arellano (2012) aplicó un Programa de Intervención Psicoeducativa de interacción social, en una muestra de 54 alumnos (35 varones y 19 mujeres) que cursan el primer grado de secundaria en el Centro Educativo Diocesano “El Buen Pastor”. El programa de intervención constó de 16 sesiones de 2 horas pedagógicas, durante 4 meses. Concluida la intervención, los participantes varones y mujeres optimizaron sus habilidades de interacción social y adicionalmente incrementaron su motivación y rendimiento académico. A partir de los resultados, se puede hacer una reflexión, sobre la importancia de los acompañantes en el proceso educativo, y la necesidad de que estos cuenten con habilidades sociales desarrolladas, que les permitan ser modelos de imitar y favorezcan la adquisición de aprendizajes sociales significativos.

Luego de diversas búsquedas en las bibliotecas de las diferentes universidades e instituciones de enseñanza superior, se aprecia con preocupación, que no existen suficientes investigaciones relacionadas a la descripción de las habilidades sociales en las instituciones educativas, a nivel de la provincia y distritos de Huaral. Sin embargo, existen investigaciones de tipo descriptiva–correlacional con distintas poblaciones, que se pueden relacionar con la población estudiada, utilizada como referencia en la presente investigación.

2.1.2 Antecedentes Internacionales

Zavala, Valadez y Vargas (2008) realizaron una investigación donde se plantearon establecer la relación entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social, en la Universidad de Guadalajara, México. Para lo cual, seleccionaron una muestra de 62 adolescentes (39 mujeres y 23 hombres) del primer grado de educación secundaria, de escuelas públicas de contexto urbano, cuyo rango de edad de estos alumnos era de 13 a 16 años, con una edad promedio de 13 años. Asimismo, es preciso señalar que se eligió a estos adolescentes de un universo de 2670 alumnos, distribuidos en 62 grupos

naturales. El estudio corresponde a un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo. Se utilizó como instrumento el BarOn EQ-iYV para valorar la Inteligencia Emocional de un grupo de 62 adolescentes con alta aceptación social (13 años de edad en promedio) que fueron seleccionados mediante nominaciones de pares; y para la evaluación de las habilidades sociales se usó la escala de Gismero (2002), con el propósito de valorar las habilidades sociales. La investigación mostró diferencias significativas en la inteligencia emocional en favor del grupo con alta aceptación social, con respecto del grupo natural. Así, en el grupo de alta aceptación social, se hallaron puntuaciones bajas en las habilidades sociales evaluadas, siendo la más baja, la habilidad para hacer peticiones. De la misma manera, se encontraron correlaciones estadísticamente significativas, entre varios de los factores de la prueba de BarOn y los de la Escala de Habilidades Sociales. Por último, se concluye que existe una relación directa entre las variables inteligencia emocional y habilidades sociales.

Anguiano (2010) en su trabajo de investigación, analizó las habilidades sociales en tres muestras distintas, tomadas de universitarios, adolescentes y alcohólicos en recuperación (AA). Se utilizaron escala multidimensional de expresión social y la escala multidimensional de expresión social, parte cognitiva. Estas escalas se aplicaron a una muestra de 157 participantes (74 hombres y 83 mujeres). Se distribuyeron en 58 adolescentes (estudiantes de secundaria), 55 integrantes de AA y 44 estudiantes universitarios. Lo cierto es que, se encontraron diferencias significativas, entre algunas subescalas y los diferentes grupos de referencia. La mayoría de estas diferencias se hallaron, en relación a las habilidades sociales de corte cognitivo. El grupo de alcohólicos AA marcó la diferencia, mostrando una mayor puntuación en las subescalas, que indican temor o preocupación en ciertas situaciones sociales.

Álvarez, Carchi y Vargas (2012) realizaron un trabajo de investigación descriptivo, sobre las habilidades sociales, con el test de asertividad y habilidades sociales en 50 adolescentes como población. Con adolescente de 15 a 16 años de edad, del sitio San Agustín del Cantón Santa Rosa,

durante el año 2011. Los resultados obtenidos en los tests, aplicados en 40 adolescentes investigados; 18 de ellos que representan el 45%, tienen habilidades sociales normales; 22 de ellos que representan el 55 % poseen habilidades sociales inapropiadas.

Oyarzún, Estrada, Astete y Oyarzún (2012) investigaron, la relación entre habilidades sociales y rendimiento académico, en estudiantes de secundaria de una institución de Chile. Participaron 245 estudiantes (65,7% mujeres y 34,3% varones) del último año de enseñanza secundaria; pertenecientes a la comuna de Punta Arenas, de tres establecimientos municipalizados, correspondiendo al 35% de la población total, con una edad promedio de 16,5 años. Se utilizó un diseño no experimental transversal correlacional. El instrumento utilizado fue el inventario de habilidades sociales para adolescentes; constituido por 36 ítems, que evalúa la competencia social de los adolescentes en las relaciones con sus iguales. Los resultados revelan que los géneros exhiben perfiles diferentes de asociación entre las variables, que indicarían, que las habilidades interpersonales positivas se asocian al rendimiento académico, particularmente en el caso de las mujeres. Estas evidencias sobre la adaptación académica, son discutidas en torno al potencial impacto de los roles de género.

Desde luego, podemos acotar que las investigaciones internacionales, están relacionadas con estudios descriptivos de las habilidades sociales; tema escudriñado por diversos autores, en poblaciones de educación superior. Igualmente, existen investigaciones que coinciden con la población adolescente, que servirá como referencia en la presente investigación.

2.2 Habilidades sociales

Según Eceiza, Arrieta y Goñi (2008) los seres humanos al vivir en sociedad, están en permanente interacción o interrelación con el entorno; tales como, escuela, familia, amigos, compañeros, entre otros. Por tanto,

existe la necesidad de desarrollar las habilidades sociales de forma adecuada o aceptable.

Así Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (2002; véase Tomas, 1995) definen a las habilidades sociales como la forma en que las personas se comportan, se comunican y expresan sentimientos hacia los demás.

Como sostiene Vallés (2000) las habilidades sociales vienen a constituir comportamientos, que facultan a los individuos, actuar según las normas socialmente aceptadas. Permitiendo de esta manera, defender sus derechos y respetar los de los demás; solucionar conflictos interpersonales; así también, expresar sentimientos, opiniones y deseos, de manera adecuada, a cada situación y de forma mutuamente satisfactoria.

Por otro lado, Del Prette, Del Prette y Mendes (1999) definen a las habilidades sociales como un conjunto de comportamientos que la persona emite en un contexto interpersonal, donde expresa de forma adecuada sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y/o derechos; lo que implica el respeto a las normas de convivencia, practicar valores, asumir roles, readaptarse en función de las costumbres sociales. Al mismo tiempo, señalan que las habilidades sociales, facilitan la resolución de problemas y las buenas relaciones interpersonales.

Rojas (2004) comprende a las habilidades sociales como un conjunto de conductas eficaces en las relaciones interpersonales. En otros términos, alega, viene a ser la capacidad compleja de manifestar conductas o patrones que mejoren la influencia interpersonal y la resistencia a la influencia interpersonal no deseada; simultáneamente, optimiza las ganancias y minimiza las pérdidas, en la relación con la otra persona; manteniendo de esta forma, la integridad y sensación de dominio.

Para Jeffrey (2002) las habilidades sociales, vienen a ser aquellas conductas aprendidas, que ponen en práctica las personas, cuando se encuentran en situaciones interpersonales; con el fin de obtener o

mantener el reforzamiento del ambiente. En síntesis, aduce que las habilidades sociales pueden considerarse como vías o rutas, hacia los objetivos de un individuo.

Las habilidades sociales, según Meza (1995) vienen a ser la capacidad, para ejecutar acciones sociales, en situaciones de interacción, de un sujeto con otro individuo.

Por su parte, Del Prette y Del Prette (2002) definen a las habilidades sociales, como el conjunto de los desempeños, presentados por el individuo, frente a las demandas de una situación interpersonal; considerando la situación en un sentido amplio y que influyan las variables de la cultura. Por ello, podemos concluir, que las habilidades sociales como un conjunto de comportamientos, nos sirve, para relacionarnos y comunicarnos con los demás; por cuanto, estas son aprendidas y adquiridas ya sea en el hogar o en la escuela. Por consiguiente, podemos ponerlo en práctica, cada día de nuestras vidas y de esta forma poder mejorar nuestro desarrollo personal.

2.3 Desarrollo histórico de las habilidades sociales

Los orígenes históricos del estudio de las habilidades sociales, se remontan a los años 30 del siglo XX. En esta época encontramos a Williams (1935; cit. por Pades, 2003) estudiando el desarrollo social de los niños, que hoy día podríamos englobar dentro del término de asertividad. Así, Murphy, Murphy y Newcomb (1937; cit. por Pades, 2003) distinguieron al trabajar con niños dos tipos de asertividad; una socialmente asertiva, y otra socialmente molesta y ofensiva. Mientras que Satler (1949; véase Pades, 2003) publicó un libro donde detallaba técnica como la expresión verbal y facial de las emociones, uso de la primera persona al hablar, recibir cumplidos, expresar desacuerdo y la actuación espontánea; esto para incrementar la expresividad en las personas.

Así entonces, se dio una serie de evoluciones de diferentes términos, hasta llegar al de habilidades sociales. Salter (1949) fue el primero en utilizar la expresión “personalidad excitatoria”, que más tarde Wolpe (1958) sustituye por la de “conducta asertiva”. Posteriormente, algunos autores propusieron cambiar el término empleado por Salter, por otros nuevos, tales como “libertad emocional” (Lazarus, 1971), “efectividad personal” (Lieberman y cols, 1975) o “competencia personal”, entre otros. Es a mediados de los años sesenta, que se emplea el término de habilidades sociales; debido a su mayor implantación, y a que muchos autores, consideran que el constructo de la aserción debiera ser eliminado (Caballo, 2002).

En los años 50, aumentó el interés por el tema de las habilidades sociales y su entrenamiento en el campo de la psicología social y del trabajo.

Pades (2003) refiere que otra de las raíces históricas del movimiento para el estudio de las habilidades sociales, tuvo lugar en Inglaterra (Oxford), donde el concepto de “habilidad” era aplicado a las interacciones hombre-máquina, considerando que la analogía con estos sistemas implicaba características perceptivas, decisorias, motoras y otras relativas al procesamiento de la información. Por otra parte, la aplicación del concepto de “habilidad” a los sistemas hombre-hombre, dio pie a un copioso trabajo sobre habilidades sociales.

Según Alberti y Emmons (1970; véase Sparrow, 2007) las habilidades sociales comenzaron a ser investigadas con mayor sistematicidad; no obstante, en 1978 se edita el primer libro dedicado a la conducta asertiva. A ello agregan, que respecto a la diversidad de términos empleados hasta ese momento, se consolida el de habilidades sociales, sustituyendo al de asertividad. Por su parte, Kelly y Lamparski (1985; véase Vallés, 1996) emplearon para el entrenamiento de las habilidades sociales, la técnica denominada, del rol fijo; consistente en una escenificación de un breve drama.

Ahora bien, Goldstein et al. (2002) sostienen que a nivel educativo se ha estudiado la práctica de las habilidades sociales en niños y, su relación con la autoestima, el rendimiento académico y el autoconcepto.

De otro lado, Pelechano (1996; cit. por Sparrow, 2007) dice que habilidad representa, una unidad de análisis que constituyen dos o más hábitos de respuesta, por lo que propone 3 tipos de habilidades; las relacionadas con la motricidad, las que se refieren a los lenguajes y, las que se refieren al entorno social-interpersonal. De igual manera señala que en cada una de estas etapas se encuentran subdivisiones. Así, Yare y Ussca (2007) alegan que las habilidades interpersonales o sociales, vienen a ser las disposiciones cognitivas que promueven una comprensión hacia el problema de los demás, es decir, aquellas que se plasman en la solución de los problemas interpersonales propios como ajenos; así como también, son las que permiten considerar a los seres humanos como personas, y no como objetos o elementos instrumentales que se utilizan para el propio provecho.

Pérez (2000) indica, que con el surgimiento de la teoría del aprendizaje social de Bandura, se comienza a considerar que las habilidades se aprenden; y es ahí, donde surgen los programas de entrenamiento más conocidos, como los de Michelson y colaboradores, Monjas Casares y Caballo, entre otros. No obstante, Bonet (2000; cit. por Sparrow, 2007) refiere que el término habilidad, se utiliza para indicar que la competencia social no es rasgo de personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos; que incluyen comportamientos verbales y no verbales, suponiendo iniciativas como respuestas efectivas y apropiadas. De esta forma, desarrollando el reforzamiento social.

Para Caballo (2002) el movimiento de las habilidades sociales, tuvo parte de sus raíces históricas en el concepto de habilidad aplicado a las interacciones hombre-máquina, donde la analogía con estos sistemas implicaba, características perceptivas, decisorias, motoras y otras relativas al procesamiento de la información.

2.4 Modelos teóricos de las habilidades sociales

Hidalgo y Abarca (1994) distinguen dos corrientes teóricas, mismas que provienen de la Psicología Clínica y de la Psicología Social, que a continuación explicaremos:

2.4.1 Modelo derivado de la psicología social

a. Teoría de roles

Fernández y Carrobles (1981; véase Vallés, 1996) definen a las habilidades sociales como la capacidad que tiene el individuo de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general, especialmente aquellos que provienen del comportamiento de otros individuos. Añade a esta definición interaccional, el concepto de “rol”, de tal forma que las habilidades sociales, exigen la captación y aceptación del rol del otro y la aceptación de sus reacciones, tanto verbales como no verbales.

b. Modelo de aprendizaje social

Kelly (1992; cit. por Pérez, 2000) define a las habilidades sociales como aquellas conductas aprendidas, que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales, para obtener o mantener reforzamiento del ambiente. Entendido de esta manera, el refuerzo social, tiene un valor informativo y de incentivo en las subsecuentes conductas sociales. Además indica, como el comportamiento de otros constituye una retroalimentación para la persona, acerca de su propia conducta.

Marín y León (2001) refieren que este modelo, muestra la conjugación de los enfoques provenientes de la psicología social con las teorías conductuales del aprendizaje social-cognitivo, las que han demostrado como la conducta social está mediada por diversos factores cognitivos; tales como expectativas, atribuciones, creencias, mecanismos de procesamiento de la información, métodos de resolución de problema, entre otros. Al respecto D` Zurilla y Golfried (1973; véase Choque, 2007)

han insistido en la necesidad de inducir en los programas de habilidades sociales, un entrenamiento en resolución de problemas.

En suma, Stephen y Lang (2004; véase Pérez, 2000) determinan que la teoría del aprendizaje social, permite entender a las habilidades sociales como conductas aprendidas, como resultado del refuerzo positivo directo y del aprendizaje observacional.

c. Modelo cognitivo conductual

Ledd y Mize (1993; véase Esparza, 2003) definen a las habilidades sociales como la habilidad para organizar cogniciones y conductas en un curso integrado, de acción dirigida hacia metas interpersonales o sociales, que sean culturalmente aceptadas. Es decir, para un funcionamiento social efectivo, son necesarias tres cosas:

- Conocer la meta apropiada para la interacción social.
- Conocer las estrategias adecuadas para alcanzar el objetivo social.
- Conocer el contexto, en el cual una estrategia específica puede ser apropiadamente aplicada.

Continúan diciendo, que no solo es necesario conocer las conductas, sino, implementarlas; para lo cual hay factores comunicacionales determinantes como los valores, las costumbres, los mitos y las normas.

d. Modelo de percepción social

Argyle (1978; véase Esparza, 2003) destaca en su modelo de habilidades sociales, los procesos de selectividad de la información que cada persona realiza en la interacción social y la posterior interpretación que hace de dicha información. Bajo esta óptica, entiende por percepción social como la habilidad de percibir las emociones e intenciones de los interlocutores, es decir, comprender los mensajes abiertos u encubiertos del otro.

2.4.2 Modelo derivado a la psicología clínica

▪ **Asertividad**

El modelo de la conducta asertiva, se desarrolló en la décadas de los 60, basándose en un enfoque conductual y cognitivo; para lo cual se ha utilizado una serie de conceptos, con diferentes matices, apuntando a un gran conjunto de comportamientos interpersonales, que se refieren a la capacidad social de expresar en forma adecuada al medio, lo que se piensa y lo que se siente; así como respetar las creencias de los otros (García, 2010). Pero también, Castanyer (2004) define a la asertividad como la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

De acuerdo con Galassi (1978; cit. por Esparza, 2003) habría que considerar tres dimensiones en el concepto de asertividad, mismas que explica a continuación:

1) Dimensión conductual

Se refiere específicamente a las áreas de comportamiento interpersonal. Como son defensa de los propios derechos; rehusar peticiones; dar y recibir cumplidos; iniciar, mantener y finalizar una conversación; expresión de afectos negativos (enojo, rabia, ira); expresión de afectos positivos (amor, cariño, respeto); expresión de opiniones personales, incluyendo el desacuerdo.

2) Dimensión personal

Muchas inadecuaciones se pueden deber precisamente a la falta de percepción social para captar las sutilezas interpersonales de una relación. Entre las cuales están, amigos y conocidos; novia, esposa; padres; figura de autoridad; extrañas; relaciones profesionales.

3) Dimensión situacional

Define el ambiente físico y contextual donde se da la interacción y el grupo sociocultural.

2.5 Componentes de las habilidades sociales

De forma general, se señalan tres componentes de las habilidades sociales, según Caballo (1998) estos son conductual, cognitivo - afectivo y fisiológico. Mismos que serán descritos a continuación:

2.5.1 Componentes conductuales

Caballo (1998) sostiene que los componentes conductuales se refieren a aspectos observables, subdivididos en contenido verbal, forma verbal y forma no verbal. También refiere que los componentes de contenido verbal, constituyen la primera herramienta utilizado para la comunicación con los demás, y sus componentes son hacer preguntas, pedir cambio de conducta, lidiar con las críticas y dar/recibir retroalimentación. Mientras que los componentes de forma verbal, radican más sobre los aspectos formales del habla (el “como”) de lo que es su contenido (lo que se pretende transmitir). Estos se dividen en latencia y duración del habla; regulación del habla (volumen, modulación); y trastornos del habla (Contreras, 2008).

Por último, la forma no verbal, según Arévalo, Cortez, Escalante, Uribe y Velásquez (2005) viene a ser una manera de comunicarse por medio de símbolos, los cuales regulan las relaciones interpersonales, utilizando recursos del propio cuerpo. Algunos de ellos son:

a) Mirada

Se define como el mirar a otra persona a los ojos. Los significados y funciones de las pautas de miradas son múltiples. En efecto, es utilizada generalmente para abrir y cerrar los canales de comunicación (Caballo, 2002; véase Peres, 2008).

b) Sonrisa

Es utilizada de manera intencional por las personas en las relaciones sociales. Desde una perspectiva etiológica Otta (1994; véase Del Prette y Del Prette, 2002) describe a la sonrisa como una función expresiva,

regulativa y adaptativa. Además, agregan que a veces se suele utilizar para disfrazar las emociones, actitudes y conductas futuras. Por otra parte, la expresión facial, según Caballo (2002; véase Peres, 2008), se ve reflejada en la cara; ya que, es el principal sistema de señales para mostrar las emociones. Arévalo et al. (2005) precisan que existen seis emociones principales como alegría, sorpresa, tristeza, miedo, ira y asco/desprecio; y tres áreas de la cara responsables de su expresión; las cuales son frente-cejas, ojos-parpados y la parte inferior de la cara. Infiriendo que una conducta socialmente habilidosa, requiere una expresión facial acorde al mensaje.

c) Gestualidad

Se determina principalmente por los movimientos de las manos, de la cabeza, piernas y pies. Existen otros gestos en la interacción cara a cara; tales como, los no interaccionales, exhibidos por los de la interacción que buscan comunicar algo; la postura corporal, que consiste en la posición del cuerpo y extremidades de las personas, y aunque en apariencia sea la más fácil de observar, posee algunos matices que escapan del observador no entrenado, como la repetición Pérez (1999; véase Pérez, 2000).

d) Movimientos con la cabeza

De acuerdo a Choque (2007) su comunicación es bastante visible, pero su significado puede cambiar dependiendo de la cultura. Con respecto a ello, Axtell (1994; véase Del Prette y Del Prette, 2002) indica que movimientos horizontales de cabeza, son señales de desacuerdo entre brasileños; siendo asimismo, interpretados como desacuerdos en Irak, Turquía, Grecia y Bulgaria. En relación con el contacto físico, se pueden diferenciar si son o no, recién conocidos; de manera que, si son recién conocidos se hace el movimiento de aproximación de las caras, evitándose el sonido y el contacto.

e) Contacto Físico

Es un tipo de comunicación, que se da a través del tacto. Existen diferentes intensidades, que a su vez, indican diferentes emociones; razón por la cual, su significado varía de acuerdo a cada cultura.

f) Distancia/contacto físico

Es planteado como un mismo elemento, dado que, el contacto físico supone una distancia “cero”. Pero se ha planteado una clasificación de cuatro zonas, en función del número de centímetros entre los interlocutores. Estos son la zona congenia, de 13 a 45 centímetros; zona personal, de 46 a 122 centímetros; zona social, de 1.23 a 3.60 metros; y, finalmente, zona pública, cuando la distancia es mayor a 3.60 metros. De manera que, la mayor o menor proximidad se establece por el tipo de relación planteada y el grado de aceptación de la misma; también por el contacto físico, dentro de un ámbito cortés o amigable, independientemente del tacto profesional, como la del médico o de la pareja (Bravo, 2003).

Finalmente, Pérez (2008) señala que existen de igual forma, los componentes paralingüísticos, refiriéndose a una serie de aspectos que acompañan al habla y que contribuyen a modular el mensaje; estos son, volumen de la voz, tono, fluidez y velocidad.

2.5.2 Componentes cognitivos – afectivos

Los componentes cognitivos se asocian con emociones y comportamientos, de manera que el comportamiento social es afectado por los sentimientos y cogniciones que el individuo elabora sobre su interlocutor; también por la situación social, así como sobre sus propios comportamientos y consecuencias de los mismos en la situación, con base a experiencias y conocimientos previos o imaginarios (Caballo, 1998). De la misma forma, el referido autor señala que los principales componentes cognitivos - afectivos de las habilidades sociales, serán descritos a continuación:

1. Conocimientos previos.

Se ponen en práctica frente a una determinada situación y de esta manera las personas se comportarán de acuerdo a las circunstancias. Así también, facilitan varios aspectos del desempeño social; tales como, la selección de un comportamiento en particular, que resulte más aceptable por el otro; así como, nos permite identificar comportamientos que no deben ser emitidos.

2. Expectativas y creencias

Según García (1998) se refieren a las suposiciones que tiene sobre las consecuencias de su propio comportamiento. Ciertamente, guardan relación con las profecías autocumplidas. Además, hace referencia a cuatro características, que harán más clara la idea de expectativas y creencias; éstas son:

a) Planes y metas.

Se refieren tanto a los objetivos realistas como a la adecuación de expectativas de realización compatibles con las propias habilidades y con las condiciones impuestas por la situación, a corto o mediano plazo.

b) Estereotipos

El estereotipo como proceso cognitivo, tiene la función de simplificar la complejidad de estímulos del medio ambiente, dirigiendo la adaptación cognitiva y conductual de los individuos.

c) Autoconcepto

Puede ser entendida de la manera en como la persona se defina a sí misma. No obstante, es el resultado de las experiencias.

d) Autoeficacia y desamparo

La autoeficacia es entendida como la opinión del individuo sobre su capacidad de organizar y llevar a cabo las actividades requeridas, con la finalidad de lograr cierto patrón de desempeño. Por otro lado, el

desamparo se refiere a un sentimiento de desprotección que va acompañado de una sensación de vulnerabilidad, de soledad, de tristeza e incluso de miedo.

3. Estrategias y habilidades de procesamiento

Se refieren a procesos de estímulos, como las habilidades de codificar, decidir y escoger, y de percepción social. A su vez, Del Prette y Del Prette (2002) consideran que hay otros componentes que se asocian a las estrategias y habilidades, los cuales son:

a) Lectura del ambiente social

Es un componente cognitivo aprendido; que se relaciona con las capacidades de atención, como el reconocer y el mirar; y el seguimiento de instrucciones.

b) Resolución de problemas

Es un proceso integrado comportamiento-cognitivo-afectivo, a través del cual, una persona busca descubrir y crear medios adaptativos y efectivos para enfrentar los problemas que encuentran en la vida diaria.

c) Autoobservación

Consiste en la capacidad de describirse uno mismo, en términos de pensamientos, sentimientos y acciones.

d) Autoinstrucción

Consiste en comentarios hechos por la persona a sí mismo, con el propósito de instaurar o modificar el dialogo interno; por la que orientan, mantienen, intensifican y/o interrumpen su comportamiento. En suma, tiene una importante función que es la de favorecer la autorregulación del comportamiento, contribuyendo en enseñar a pensar.

e) Empatía

Se refiere a la capacidad que se tiene de percibir el sentimiento de la otra persona, así como, expresar la comprensión del mismo. Por tanto, la empatía representa el rasgo característico de las relaciones interpersonales exitosas, ya que facilita el desenvolvimiento y progreso de todo tipo de relación entre dos o más personas.

Por todo lo referido anteriormente, resulta necesario precisar que los componentes cognitivos–afectivos constituyen una herramienta más, a través del cual, los adolescentes se relacionan de manera adecuada en el ámbito social, donde hacen partícipe sus creencias, pensamientos y sentimientos.

2.5.3 Componentes fisiológicos

Los componentes fisiológicos constituyen un conjunto de variables orgánicas, que afectan o son afectadas por las situaciones interpersonales, significativas o estresantes; como entrevistas con autoridades, encuentros con personas del sexo opuesto, disputas con autoridades, entre otras. Cabe señalar que los principales componentes fisiológicos activados en tales situaciones vienen a ser: tasa cardiaca, respuestas como tensión, relajación muscular, respiración, sudoración y flujo sanguíneo. Además, estos componentes están asociados a emociones negativas como ansiedad, miedo y fobia social (Caballo, 1998; véase Del Prette y Del Prette, 2002).

Caballo (2002; cit. por Peres, 2008) por su parte manifiesta que han sido poco estudiados los componentes fisiológicos; asimismo señala que los datos disponibles nos indican que la ausencia de esas señales, no siempre muestran mayor competencia social. No obstante, Prette y Del Prette (2002) refieren que para algunos investigadores (Glasgow y Arkowitz, 1975; Lipton y Nelson, 1980) existen otros componentes asociados a los fisiológicos, se trata de las características personales-culturales que se

incluyen, debido a que poseen un peso considerable en las relaciones interpersonales, los cuales son:

a. Atracción física

Se refiere a los atributos corporales socialmente aprendidos, pues éstos facilitan el desarrollo de una mayor competencia social en las relaciones con otros.

b. Apariencia personal

Se refiere al aspecto exterior de una persona; viéndose reflejada en la indumentaria, los accesorios o adornos que ésta utiliza, e igualmente los indicadores de cuidado y descuido personal, influirán en las interacciones sociales.

Bajo esta perspectiva, se puede decir que la atracción física y la apariencia personal, por sí mismas, no convierten socialmente competente a una persona; pero, sí puede facilitar ese tipo de desempeño.

En términos generales, respecto a los componentes fisiológicos, aun, con su poca investigación, son elementos importantes dentro del comportamiento social, de tal manera, que facilitan a la persona expresarse mediante cambios en el sistema fisiológico tales como, la frecuencia cardiaca, sudoración, lagrimación, respiración, entre otras, mismas que logran mejorar las relaciones sociales.

Por último López (2010) enfatiza la importancia de los respectivos componentes, que si bien, no son los únicos, son fundamentales en la adolescencia para el desarrollo de las habilidades sociales; y que al carecer de ellos, sitúa a la persona en una posición de clara desventaja académica, vocacional y social, lo que a su vez, incrementa el riesgo de futuros desajustes personales y sociales.

2.6 Clasificaciones de las habilidades sociales

Según Goldstein et al. (2002; véase Moreno, 2011) las habilidades sociales se clasifican en seis, como ilustraremos a continuación.

Tabla 1

Clasificación de las habilidades sociales

Primeras habilidades sociales	Habilidades sociales avanzadas
1- Escuchar.	9 - Pedir ayuda.
2- Iniciar una conversación.	10 - Participar.
3- Mantener una conversación.	11- Dar instrucciones.
4- Formular una pregunta.	12- Seguir instrucciones.
5- Dar las gracias.	13- Disculparse.
6- Presentarse.	14- Convencer a los demás.
7- Presentar a otras personas.	
8- Hacer un cumplido.	
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Habilidades alternativas a la agresión
15- Conocer los propios sentimientos.	22- Pedir permiso.
16- Expresar los sentimientos.	23- Compartir algo.
17- Comprender los sentimientos de los demás.	24- Ayudar a los demás.
18- Enfrentarse con el enfado de otro.	25- Negociar.
19- Expresar el afecto.	26- Emplear el autocontrol.
20- Resolver el miedo.	27- Defender los propios derechos.
21- Autorrecompensarse.	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
31- Formular una queja.	43- Tomar iniciativa.
32- Responder a una queja.	44- Discernir sobre la causa del problema.
33- Demostrar deportividad después un juego.	45- Establecer un objetivo.
34- Resolver la vergüenza.	46- Determinar las propias habilidades.
35- Arreglárselas cuando le deja de lado.	47- Recoger información.
36- Defender a un amigo.	48- Resolver los problemas según importancia.
37- Responder a la persuasión.	49- Tomar una decisión.
38- Responder al fracaso.	50- Concentrarse en una tarea.
39- Enfrentarse a los mensajes contradictorios.	

40- Responder a una acusación.

41- Prepararse para una conversación difícil.

42- Hacer frente a las presiones del grupo.

2.6.1 Primeras habilidades sociales

Según Goldstein et al. (2002; véase Moreno, 2011) existen unas habilidades sociales básicas y otras más complejas. También se les conoce como habilidades no verbales o de contacto. Además, señala que sin las primeras, no se puede aprender y desarrollar las segundas. Como vemos, cada situación requerirá mostrar habilidades, algunas veces dependiendo de las características de la situación y la dificultad de la misma. Agregan, que para empezar a aprender estas habilidades, se tiene que conocer primero, las técnicas básicas de la comunicación eficaz y luego, incorporar esas conductas socialmente deseables que son las habilidades sociales.

Por lo demás, los autores citados, refieren que el primer grupo de competencias son los primeros hábitos que se adquieren y aprenden desde los primeros años de vida; reforzándose en el nivel pre escolar, específicamente durante la escolaridad primaria. En consecuencia, resultan necesarias para lograr un nivel mínimo de adaptación a la sociedad.

En este mismo orden de ideas, para Trianes, Muñoz y Jiménez (2000) la competencia social es vista como la capacidad o habilidad del sujeto para mantener buenas relaciones con otras personas, lo que implica dominar las habilidades sociales básicas, además de favorecer la capacidad para la comunicación efectiva, las actitudes prosociales, la asertividad, el respeto y/o consideración hacia los demás, la toma de decisiones acertadas, entre otros. En pocas palabras, alega que las competencias sociales son consideradas como vías o rutas hacia la meta del individuo.

No obstante, para Pacheco (2009) el tipo de vínculo que los padres establecen con sus hijos, incidirá en gran parte cuando estos puedan o no convertirse en adultos competentes y ciudadanos productivos. Los padres que desarrollan un estilo de relación, donde se compensa adecuadamente cariño y atención con el control y la exigencia a sus hijos, crean sin lugar a dudas, condiciones favorables para que estos se sientan seguros, y por consiguiente, terminen desarrollando tanto habilidades como competencias sociales pertinentes. Para terminar, este autor considera que dentro de las habilidades sociales básicas destacan: el iniciar una conversación y mantenerla, interés por escuchar, hacer un cumplido, formular preguntas, dar las gracias, presentarse y presentar a otros.

2.6.2 Habilidades sociales avanzadas

De acuerdo a Goldstein et al. (2002; véase Rojas, 2004) las habilidades sociales se componen de una serie de conductas, mismas que son utilizadas por las personas en determinadas circunstancias; así dichos recursos permitirán a la persona afrontar de forma adecuada diversas dificultades, retos y exigencias del día a día. Ahora bien Morales (2013) señala que dentro de las habilidades sociales avanzadas están:

➤ **Pedir ayuda**

Las personas por más independientes que seamos, en algún momento de nuestras vidas necesitaremos de la ayuda de los demás, por ese motivo tenemos que saber hacerlo, de manera humilde, clara y apropiada.

➤ **Participar**

Por naturaleza, el hombre es un ser gregario porque hasta para discutir necesita de otro. Así también, somos partícipes de un grupo familiar, comunal, gremial, local, entre otros.

➤ **Dar instrucciones**

En ciertas ocasiones nos imponen asumir una responsabilidad, en tal caso, es recomendable realizarlo de manera adecuada, más aún, si tenemos

cierto nivel de mando, ya que tendremos que hacer que los demás entiendan y se rijan en base a nuestras instrucciones.

➤ **Seguir instrucciones**

Implica que en ciertas circunstancias estaremos en un papel pasivo o de menor jerarquía; en tal caso, seguiremos a un líder sin desautorizarlo.

➤ **Disculparse**

Cotidianamente estamos expuestos a tener dificultades y cometer errores; por eso toda persona con sentido introspectivo y autocrítico, es capaz de pedir disculpas.

➤ **Convencer a los demás**

En determinados momentos, nos veremos en la necesidad de convencer a los demás, si lo hacemos por la fuerza, será menos duradero; por el contrario, si utilizamos una adecuada persuasión y convencimiento, conseguiremos que la otra persona termine entendiéndonos y dándonos la razón.

2.6.3 Habilidades relacionadas con los sentimientos

Según Morales (2013) las investigaciones realizadas sobre el cerebro, específicamente aquellas que abordan el sistema límbico, indican que los sentimientos y el aprendizaje no pueden estar separados. En este sentido, Heller, de Singer y García (1986) sostienen que la habilidad y la voluntad de aprender se debe a la motivación que se tiene, el cual se halla determinado por un sentimiento de competencia, así como, por la trascendencia o valor que el alumno otorga a la actividad de aprendizaje. Conforme a lo referido aducen que el desarrollo de las habilidades relacionado con los sentimientos puede determinar el grado de éxito o fracaso que logre la persona.

Efectivamente, actuar con cordialidad, aceptar reglas, cumplir disposiciones, tareas y horarios, constituyen las competencias necesarias para afrontar tanto los estudios como el desempeño laboral. Por su parte

Goldstein et al. (2002) revelan la existencia del grupo III de las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos, donde se deben tomar en cuenta, conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, lidiar con el enfado del otro, expresar afecto, resolver el miedo y autorrecompensarse. Del mismo modo afirma, la habilidad para entender las necesidades y los sentimientos de los demás, consiste en ponerse en lugar del otro y responder con acierto a sus necesidades emocionales. Por ende, el desarrollo de estas habilidades, permitirá al individuo enfrentar cualquier tipo de tarea o trabajo cuando interactúe en grupo, influir en las personas y en los sistemas, igualmente permitirá inspirar confianza en los demás.

2.6.4 Habilidades alternativas a la agresión

Para Paredes (2008) este grupo de habilidades vienen a ser una invitación al crecimiento y un desafío muy grande en una realidad compleja, como la que se vive hoy por hoy, donde la mayoría de las personas no respetan las normas de convivencia, mostrándose intolerantes y agresivos ante cualquier situación que se les presenta. Por tal razón, la habilidad para disminuir la agresividad según Goldstein et al. (2002) permite aprender a enfrentar conflictos interpersonales y armonizar sus derechos con los demás, en busca del bien común. Sin embargo, una vez que el individuo aprenda a detectar sus emociones hostiles, entonces, podrá manejarlas, reflexionar antes de actuar, plantearse alternativas y analizar las consecuencias de cada una de ellas; igualmente podrá elegir la manera de actuar, reflexionar acerca de las consecuencias positivas de sus actos, permitiéndole equivocarse y anticiparse a los hechos, así como también manejarse en todos los ámbitos, logrando de esta manera, una conducta socialmente responsable.

En esta misma dirección, Roca (2003) afirma que quien tiene estas habilidades adecuadamente desarrolladas es capaz de enfrentar las adversidades y los fracasos, de esta forma, promover un clima de estudio o laboral agradable, logrando para ello un mayor rendimiento.

Finalmente, Peñafiel y Serrano (2010) señalan que las habilidades sociales para disminuir la agresión deben incluir: el permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.

2.6.5 Habilidades para hacer frente al estrés

El control de las emociones permitirá a la persona mayor tolerancia a las frustraciones y al control del enojo, es decir, le facilitará manejar mejor el estrés. En efecto, tener desarrolladas estas habilidades ayudará a evitar la ansiedad en situaciones difíciles o cambiantes, a potenciar su capacidad para resolver problemas, a rendir con mayor eficacia y a mejorar la autoestima (Mantilla y Chahín, 2006).

Así para Powel (2003) desarrollar estas habilidades implicará expresar las palabras adecuadas en el momento oportuno, sin agresividad, con tono y volumen apropiado, especialmente cuando la situación es tensa y complicada. Del mismo modo, considera que ciertas conductas van generar estrés y tensión en el individuo; tales como los mensajes contradictorios que se reciben, las acusaciones gratuitas, la discriminación, el fracaso, las presiones del grupo, el formular pedidos y responder a las quejas; y cuando esto ocurre, se siente sobrecarga, dolor en el cuerpo y desgano, ya que, para poder enfrentar estas presiones, así como, desempeñarse adecuadamente, resulta necesario alimentarse bien, hacer actividad física, tener hobbies, momentos de diversión, de esparcimiento, de relajación y de descanso.

A ello complementa Goldstein et al. (2002) que las habilidades para hacer frente al estrés, comprenden: formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una

acusación, prepararse para una conversación difícil y hacer frente a las presiones del grupo.

2.6.6 Habilidades de planificación

De acuerdo con Mantilla (2005) las habilidades de planificación se sustentan en la participación crítica y creativa, en la toma de decisiones, en la perseverancia, el sentido de la organización y la disposición para el diálogo. En este mismo orden de ideas Tomas (1995) establece que las habilidades de planificación implican, discernir sobre la causa de un problema, tomar iniciativas, fijar un objetivo, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. Asimismo, hace referencia el citado autor al desarrollo de capacidades necesarias para alcanzar el éxito, tanto a nivel personal como profesional; de allí, la importancia de lograr incentivar y desarrollar en el individuo, específicamente, en su primera etapa de educación básica, este tipo de habilidades sociales.

Disponer de estas habilidades según Powel (2003) resulta imprescindible, puesto que, al individuo le permitirá organizar el tiempo, proyectarse, adoptar perspectivas múltiples, desempeñar tareas en equipo; además, le ayudará a organizar adecuadamente la información y las experiencias personales para plantearse un objetivo, trazar un plan para alcanzarlo y tomar las decisiones necesarias que le conduzcan hacia él. De hecho, estas habilidades requieren de la aplicación de ciertos conocimientos en el manejo del personal, recursos económicos y financieros, mercadotecnia, estadísticas, control de calidad y planeamiento estratégico en organismos y empresas públicas como privadas (Picard, 2002).

2.7 Factores que influyen en las habilidades sociales

No existen resultados concluyentes sobre cómo y cuándo se adquieren las habilidades sociales, lo que sí parece demostrado es que la infancia es un momento crítico (Caballo, 2002). Según Dowrick (1986; cit. por Aron y

Milicic, 1994) los factores que influyen en el desarrollo de las habilidades sociales vienen a ser los siguientes:

2.7.1 Factor ambiental

a. El contexto familiar

El hogar es lugar donde se aprenden los primeros comportamientos interpersonales, porque la familia desempeña un rol muy importante en este aspecto, al ser ésta el primer grupo social con quien tiene contacto el individuo (Pérez, 2000). Así también, Sánchez (2001) considera a la familia como el principal agente socializador del individuo, por lo tanto, el clima social en la familia, configura para el alumno, un ambiente muy importante, lo cual, le permitirá tener, sin lugar a dudas, unas adecuadas relaciones interpersonales con cada uno de los integrantes de su familia, eso para empezar y luego con otros individuos.

b. El contexto académico

Enfoca al colegio como una de las agencias socializadoras, porque ejerce notablemente su influencia en las relaciones interpersonales con otros individuos, señálese a los profesores y compañeros de clase. Asimismo, la enseñanza de las conductas sociales se llevan a cabo en las aulas, incluso, cuando el docente no lo realiza de manera deliberada; pero sí repercutiría en la vida del estudiante, sirviéndole como paradigma de conductas sociales, para lo cual, adecúa su conducta intencionalmente, mediante procesos de refuerzo (Marín y León, 2001).

c. El grupo de pares

La interacción entre pares influye de hecho en el desarrollo de la conducta social, debido a que les proporciona oportunidades a las personas, ya que, el grupo les concede la posibilidad de auto reconocer las habilidades y las limitaciones, al mismo tiempo de entrenarse en lo que respecta a las habilidades sociales (Yare y Ussca, 2007).

d. Los medios de comunicación

Aron y Milicic (1996) afirman que los medios de comunicación influyen de manera significativa sobre la sociedad actual, como en la formación de nuestros jóvenes, sea positivamente o negativamente; convirtiéndose de esta manera, en un agente de socialización muy importante.

2.7.2 Factores constitucionales

a. El temperamento

Para Buck (1991; véase Caballo, 2002) el temperamento determina la naturaleza del ambiente socioemocional interpersonal en muchos aspectos y, de este modo, condiciona también la facilidad para el aprendizaje. Igualmente afirma que el temperamento determinaría la expresividad general del individuo, al menos inicialmente, por lo que este nivel de expresividad tendría importantes implicaciones, tanto sociales como emocionales.

b. El atractivo físico

Para Mussen (1985; cit. por Aron y Milicic, 1996) los estudiantes populares son considerados más atractivos por sus pares que aquellos rechazados, por lo que el atractivo físico, también es contemplado en la interacción social, como una variable importante.

2.7.3 Factores psicológicos

Los factores psicológicos incluyen los aspectos cognitivos, afectivos y conductuales.

a. Aspectos cognitivos

La inteligencia es considerada una variable importante, en el desarrollo de las habilidades sociales, no solamente en términos de cociente intelectual, sino, en un alcance mucho más amplio.

b. Aspectos afectivos

Están referidos a la habilidad de expresar y/o reconocer sentimientos propios y ajenos, considerando como un facilitador para el desarrollo de

esta habilidad, a la autoestima. Asimismo, está relacionada con el rechazo o la aceptación de los demás.

c. Aspectos conductuales

Comprenden los rasgos específicos de la interacción social, que facilitan el intercambio, los cuales son la apertura, la cordialidad, la asertividad, autocontrol, entre otros.

Desde otra perspectiva, Campo y Martínez (2009) indican que tanto la situación como otras variables como la edad, el género y el contexto cultural influyen en las habilidades sociales. Referente a la edad, precisa que el individuo desarrolla las habilidades sociales desde que nace y es indefenso, al buscar activamente estímulos sociales, ya que necesita de vínculos afectivos, que constituirán la base para que a lo largo de la infancia y de la adolescencia pueda ir adquiriendo todos aquellos conocimientos y habilidades que le definirán como adulto. Respecto al género, sostiene que los hombres y las mujeres tienen distintos tiempos de desarrollo, dado que, las mujeres presentan habilidades verbales y perceptivas mucho más desarrolladas que los hombres, representando una ventaja en las habilidades de comunicación y de interacción con los otros; mientras que los hombres, como grupo, presentan conductas más impulsivas y agresivas.

De otro lado, Argyle (1975; cit. por Roca, 2003) nos presenta un ejemplo para explicar mejor la influencia que ejerce el contexto cultural en la expresión de las habilidades sociales; comparando, la conducta que se considera socialmente apropiada en los varones japoneses y árabes. Dice que a los japoneses se les enseña a no expresar las emociones negativas y a evitar las miradas mutuas a los ojos, mientras que los varones árabes se tocan mucho mutuamente en las conversaciones sociales y tienen muy altas tasas de miradas recíprocas a los ojos.

Igualmente, Furnham (1983; Véase Roca 2003)) en este mismo orden de ideas, nos brinda otro ejemplo, donde dice que tradicionalmente en Sudáfrica las mujeres africanas y las indias, son socializadas para ser más subordinadas y obedientes que sus homólogas blancas y, en consecuencia, pueden experimentar más dificultad en las situaciones sociales en las que se les pide ser asertivas, iniciadoras y atrevidas.

Prosiguiendo con el tema, para Lafuente (1998) los occidentales toman al hablar como algo positivo, mientras que los asiáticos valoran el silencio y desapruaban la expresión social de las ideas; y en la cultura árabe dice, se da mayor énfasis al desarrollo de una fuerte relación personal con aquella persona con la que van comunicarse, antes de pasar a la cuestión principal, lo que contraviene al conocido interés de los americanos de “ir al grano”. En definitiva, todos los ejemplos anteriormente mencionados, pretenden mostrar de qué manera el contexto cultural y las variables sociodemográficas resultan indispensables a la hora de evaluar y entrenar las habilidades sociales.

Desde otra óptica, algunos autores sostienen la existencia de una predisposición biológica en la habilidad del individuo para la interacción social, incluso hay defensores de la repercusión de los opiáceos endógenos como determinantes de la conducta social. Pero, la mayoría de los autores sostienen que el desarrollo de las habilidades sociales depende principalmente de la maduración y de las experiencias del aprendizaje (Argyle, 1969; véase Arellano, 2012). En esta coyuntura, el aprendizaje es un conocimiento o habilidad que se adquiere con la práctica y las experiencias vividas, las cuales se van dando por medio de la interacción con el ambiente, el entorno y los demás individuos, de allí que las habilidades sociales se adquieren normalmente como consecuencia de varios mecanismos básicos de aprendizaje, entre ellos se incluyen el reforzamiento positivo directo de las habilidades, el modelado o aprendizaje observacional, el feedback y desarrollo de expectativas cognitivas respecto a las situaciones interpersonales (Marín y León, 2001).

Como manifiesta Arellano (2012) las personas, a lo largo de su vida, van aprendiendo de sus propias experiencias sociales y de la observación de los demás, es decir, de las interacciones con su ambiente social. En este contexto, según Monjas (1996) es posible distinguir cuatro mecanismos de aprendizajes principales como son el aprendizaje por experiencia, el aprendizaje por modelado, la instrucción directa y el feedback de otras personas. A continuación explicaremos brevemente cada una de ellas:

➤ **El aprendizaje por experiencia**

La habilidad social que un individuo muestra en una situación determinada está relacionada con la maduración y las experiencias que el sujeto haya tenido en situaciones similares. Así los adolescentes, en sus interacciones con sus iguales y con los adultos, reciben refuerzos o consecuencias aversivas del entorno; de esta manera, van incluyendo en su repertorio de habilidades y poniendo en práctica, aquellas conductas sociales con las que consiguen consecuencias reforzantes, y tienden a no llevar a cabo conductas que les suponen consecuencias aversivas.

➤ **El aprendizaje por modelado**

Con respecto a la teoría del aprendizaje social (Bandura, 1977; véase Arellano, 2012) muchas conductas se aprenden principalmente por medio de la observación e imitación de otros individuos; y entre estas conductas tenemos a las habilidades sociales.

➤ **La instrucción directa**

Mediante las instrucciones verbales informales o sistemáticas de los otros, es que se aprende a realizar determinadas habilidades sociales y a reconocer conductas inadecuadas.

➤ **El feedback de otras personas**

En las interacciones sociales se manifiestan, directa o indirectamente (mediante gestos, expresiones o posturas del cuerpo) la consideración del comportamiento de la otra persona.

2.8 Habilidades sociales en población vulnerable

En la etapa de la adolescencia se presumiría un desarrollo de las habilidades sociales para resolver los problemas de manera independiente. Sin embargo, se encontrarán con ciertas dificultades en sus relaciones interpersonales con personas de su entorno, entre ellos adultos, adultos mayores, debido a la brecha generacional (Camacho y Camacho, 2005).

Mangrulkar, Vince y Posner (2001) en algunas de sus investigaciones, manifiestan que cierta parte de la población adolescente que están inmersos en una sociedad que se enfrenta a serias amenazas de salud, educación, pobreza, desigualdad y violencia, se vuelve más vulnerable; dicha vulnerabilidad genera una serie de desventajas en cuanto al desarrollo de las habilidades sociales. En ese caso, arguye, la adolescencia puede representar una etapa de desarrollo desafiante, debido a que las personas viven inmersas en un entorno desfavorable; lo que dificultará una adecuada adaptación a la sociedad.

Ahora bien, una perspectiva de las habilidades sociales, que las enlaza directamente con los resultados de la conducta, viene a ser, el modelo de déficit de habilidades sociales; por el cual, este modelo establece la hipótesis de que los adolescentes que no desarrollan habilidades para relacionarse de manera aceptable, son rechazados por sus pares, y se encajonan en conductas poco sanas como la violencia, el abuso de alcohol y el consumo de drogas. Asimismo, los referidos autores, indican que la ausencia de las habilidades para relacionarse, y el sucesivo rechazo, serán los primeros causantes de las conductas antisociales. Agregan, Mangrulkar et al. (2001; véase López, 2008) que los jóvenes que carecen de habilidades sociales, tienden a formar bandas, reforzando de esta manera, el aislamiento de sus pares y las conductas poco sanas. Por ello, los adolescentes que no aprenden a compartir, a relacionarse y a expresarse de manera adecuada, pueden verse involucrados en grupos altamente

vulnerables, con abuso de sustancias tóxicas, deserción escolar, entre otros.

No obstante, Peres (2008) presenta algunos modelos explicativos respecto a la carencia de habilidades sociales.

- a. Es probable que el adolescente carezca de las habilidades necesarias para desenvolverse en la situación social concreta; pues, esta falta de habilidades se puede deber porque nunca las ha desarrollado o que teniéndolas, no sepa utilizarlas apropiadamente.
- b. También puede ocurrir que exista un déficit motivacional, es decir, la persona conoce la conducta apropiada, pero por algún motivo no la lleva a cabo.
- c. En el caso de la inhibición de la respuesta, la persona tiene las habilidades en su repertorio, pero se encuentran inhibidas o distorsionadas, debido a la ansiedad de no saber cuándo exhibir la conducta apropiada.
- d. Hidalgo y Abarca (1990) refieren a la inhibición mediatizada por diversas causas cognitivas, tales como, las expectativas y creencias irracionales, autoverbalizaciones negativas, estándares de perfección, expectativas respecto a las consecuencias de las conductas.

Por lo demás, la presencia de cualquier condición puede asociarse con el déficit en habilidades sociales, lo fundamental consistiría no solamente en detectar las carencias, sino, actuar de manera preventiva, mediante el fomento de habilidades para la interacción social (López, 2008)

En síntesis, es primordial que el adolescente adquiera habilidades sociales, que le permitan establecer relaciones sociales adecuadas en los distintos contextos sociales, lo que a su vez, contribuirá a un mayor ajuste psicológico y una óptima inserción al mundo adulto.

2.9 Definición de términos básicos

- ✚ Actitud. La actitud es una tendencia a comportarse de una forma consistente y persistente ante determinadas situaciones, objetos, sucesos o personas (Coll, 1987).
- ✚ Adaptación. Es la adecuación del sujeto al medio, produciendo ciertos cambios en su organismo y conducta. Cuando se ha logrado las influencias ambientales son cada vez menos chocantes y tienden a desaparecer por completo (Huerta, 2002).
- ✚ Agente socializador. Son personas, grupos o instituciones que enseñan o influyen al ser humano a vivir en sociedad (Huerta, 2003).
- ✚ Ambiente. Es un determinante decisivo del bienestar del individuo; donde se asume que el rol del ambiente es fundamental como formador del comportamiento humano, ya que contempla una compleja combinación de variables organizacionales y sociales, así como también físicas, las que influirán contundentemente sobre el desarrollo del individuo (Moos, 1974).
- ✚ Aprendizaje. Es el proceso de adquisición de una disposición, relativamente duradera, para cambiar la percepción o la conducta como resultado de una experiencia (Alonso, Gallego y Honey, 1994). Así también se define como los procesos subjetivos de captación, incorporación, retención y utilización de la información que el individuo recibe en su intercambio continuo con el medio (Pérez, 1988).
- ✚ Conducta. Vienen a ser las acciones del individuo. Asimismo considera que para su formación psíquica, la influencia del medio ambiente psicosocial resulta decisiva; por consiguiente todas las acciones del hombre son aprendidas (Quispe, 2003).

- ✚ Conducta social. Se entiende como aquellas conductas que están orientadas al ámbito social, donde existe interacción entre dos o más seres humanos (Huerta, 2002).

- ✚ Conflicto. Es un resultado inevitable de la interacción social, por tanto ocurren en nuestras vidas ya que participamos en la interacción social con personas con objetivos, valores y experiencias diferentes (Vinyamata, 1999).

- ✚ Competencia social. Son habilidades y estrategias socio-cognitivas con las que el sujeto cuenta en la interacción social; dentro de las cuales se incluyen las habilidades sociales, el autocontrol, la autorregulación emocional, el reforzamiento social y las habilidades de resolución de problemas, puesto que, permiten al individuo enfrentar con éxito las demandas de la vida diaria (Pichardo, Justicia y Fernández, 2009).

- ✚ Desarrollo psicosocial. Es la integración del desarrollo social y emocional, es decir, comprende el desarrollo de las emociones, el lenguaje, el temperamento y las habilidades sociales (Berger, 2007).

- ✚ Entorno. Se refiere al espacio que nos rodea, y con el que interactuamos (Daros, 1997).

- ✚ Interacción. Acción, relación o influencia recíproca, entre dos o más personas o cosas (Becerra, 2006).

- ✚ Imitación. Consiste en hacer la reproducción espontánea de los actos ejecutados por otros. (Quipe, 2003).

- ✚ Grupo. Conjunto de dos o más individuos que interactúan y son interdependientes, y que se reúnen con el fin de conseguir objetivos específicos (Robbins, 1999).

- ✚ Habilidades sociales. Son conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal, lo que implica un conjunto de comportamientos adquiridos y aprendidos (Monjas, 2004).

- ✚ Socialización. Se concibe al proceso de socialización como la adquisición de las orientaciones precisas para funcionar satisfactoriamente en un rol, mediante una forma particular de aprendizaje (Parsons, 1988)

- ✚ Relaciones interpersonales. Consiste en una interacción recíproca entre dos o más personas. Es decir, se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social (Bisquerra, 2003).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Tipo de la investigación

Por la naturaleza del problema y los objetivos de estudio, se desarrolló una investigación de tipo descriptivo. De acuerdo con Dankhe (1986; cit. por Hernández, Fernández y Baptista, 2010) las investigaciones descriptivas buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis.

3.2 Diseño de la investigación

El diseño de esta investigación es no experimental, puesto que no se probó algo, ni se intentó implementar algo nuevo. Se considera una investigación no experimental porque se estudia el nivel de habilidades sociales sin manipular la variable; y porque se recolectó los datos de la población para obtener resultados de las características que presenta la población escolar en su contexto natural.

Hernández et al. (2010) definen a los diseños no experimentales como “estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos” (p. 184).

3.3 Población y muestra de la investigación

3.3.1 Población

La población de estudio comprende 237 estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la Institución Educativa “Jorge Basadre”-UGEL 10, Aucallama – Huaral, del turno mañana, con edades de 12 – 19

años. No se estimó el cálculo de una muestra representativa, se trabajó con el 100% de la población.

Tabla 2

Distribución de la población por grado de instrucción y género de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Grado de Instrucción	Género				Total	
	Femenino		Masculino		n	%
	n	%	n	%		
1º Año	28	11,8	32	13,5	60	25,3
2º Año	24	10,1	25	10,6	49	20,7
3º Año	15	6,3	21	8,9	36	15,2
4º Año	27	11,4	26	11	53	22,4
5º Año	21	8,9	18	7,6	39	16,5
Total	115	48,5	122	51,5	237	100,0

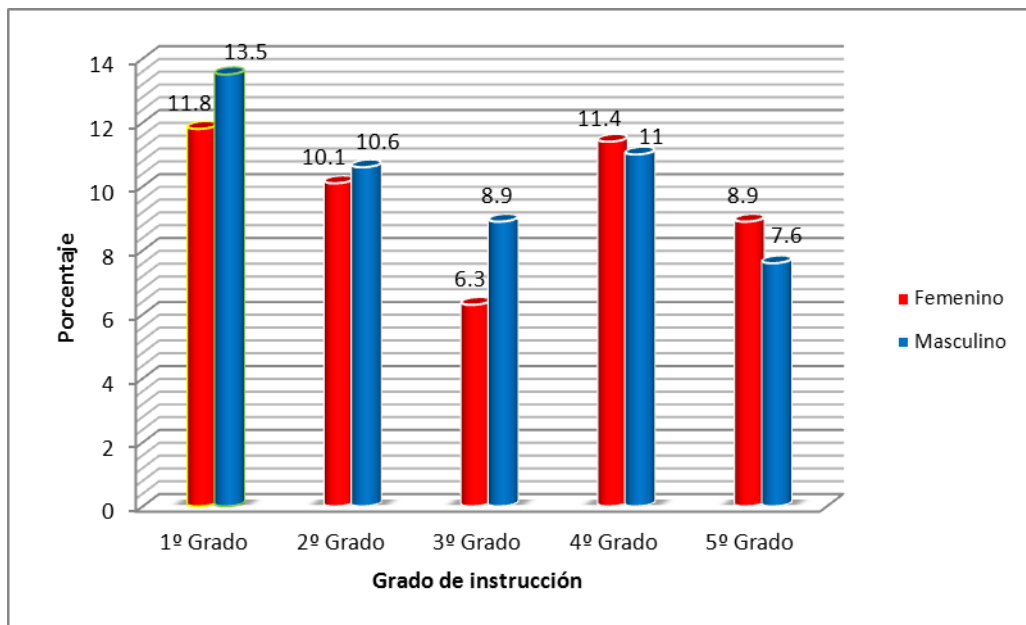


Figura 1. Distribución entre grado de instrucción y género

3.4 Variables, dimensiones e indicadores

Tabla 3
Definición operacional de las habilidades sociales

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Índices
Primeras Habilidades sociales	• Escuchar	1	1 = Nunca 2 = Rara Vez 3 = A veces 4 = A Menudo 5 = Siempre
	• Iniciar una conversación	2	
	• Mantener una conversación	3	
	• Formular una pregunta	4	
	• Dar las gracias	5	
	• Presentarse	6	
	• Presentar a otras personas	7	
	• Hacer un elogio	8	
Habilidades sociales avanzadas	• Pedir ayuda.	9	Nivel: Eneatipo 1: Deficiente nivel de habilidades sociales Eneatipo 2 y 3: Bajo nivel de habilidades sociales Eneatipo 4, 5 y 6: Normal nivel de habilidades sociales Eneatipo 7 y 8: Buen nivel de habilidades sociales. Eneatipo 9: Excelente nivel de habilidades sociales Puntaciones: Escala HSP: 40 puntos Escala HSA: 30 puntos Escala HRS: 35 puntos Escala HAA: 45 puntos Escala HFE: 60 puntos Escala HP: 40 puntos Escala general: 250 puntos
	• Participar.	10	
	• Dar instrucciones.	11	
	• Seguir instrucciones.	12	
	• Disculparse.	13	
	• Convencer a los demás.	14	
Habilidades relacionadas con los sentimientos	• Conocer los propios sentimientos.	15	
	• Expresar sentimientos.	16	
	• Conocer los sentimientos de los demás.	17	
	• Enfrentarse al enfado de otro.	18	
	• Expresar afecto.	19	
	• Resolver el miedo.	20	
	• Autorrecompensarse.	21	
	• Pedir permiso.	22	
Habilidades alternativas a la agresión	• Compartir algo.	23	
	• Ayudar a los demás.	24	
	• Negociar.	25	
	• Empezar el autocontrol.	26	
	• Defender los propios derechos.	27	
	• Responder a los bromas.	28	
	• Evitar los problemas con los demás.	29	
	• No entrar en peleas.	30	
Habilidades para hacer frente al estrés	• Formula una queja.	31	
	• Responder a una queja.	32	
	• Demostrar deportividad después de un juego.	33	
	• Resolver la vergüenza.	34	
	• Arreglárselas cuando te dejan de lado.	35	
	• Defender a un amigo.	36	
	• Defender a la persuasión.	37	
	• Responder al fracaso.	38	
	• Enfrentarse a los mensajes contradictorios	39	
	• Responder a una acusación.	40	
	• Prepararse para una conversación difícil.	41	
	• Hacer frente a las presiones del grupo.	42	
	• Tomar decisiones realistas.	43	
	• Discernir sobre la causa de un problema.	44	
• Establecer un objetivo	45		
Habilidades de planificación	• Determinar las propias habilidades.	46	
	• Recoger información.	47	
	• Resolver los problemas según su importancia.	48	
	• Resolver los problemas según su importancia.	49	
	• Tomar una decisión eficaz.	50	
	• Concentrarse en una tarea.	50	

3.5 Técnicas e instrumentos de la recolección de datos

3.5.1 Técnicas

Para el recojo de la información se empleó la técnica de la encuesta.

La encuesta es como la aplicación o puesta en práctica de un procedimiento estandarizado para recabar información oral o escrita de una muestra amplia de sujetos. La muestra ha de ser representativa de la población de interés y la información recogida se limita a la delineada por las preguntas que componen el cuestionario precodificado, diseñado al efecto (Cea, 1999, p.240).

3.5.2 Instrumento

Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

Las habilidades sociales serán medidas con la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, elaborado por Goldstein en 1978. Esta Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein evalúa nivel de habilidades sociales del examinado, frente a determinadas situaciones de la vida; presenta 6 dimensiones, a saber: habilidades sociales primarias, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas a los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación; consta de 50 ítems tipo Likert de cinco opciones, de respuesta que son “nunca”, “rara vez”, “a veces”, “a menudo” y “siempre”. Ha sido traducida al español inicialmente por Rosa Vásquez en 1983. Santo (2010) adaptó el cuestionario con 255 alumnos en una institución educativa del Callao, con edades que oscila entre 11 a 17 años, alcanzando una buena consistencia interna (alfa de Cronbach 0.98), y alto grado de validez (V de Aiken 0.78), evidenciando una alta correlación positiva y altamente significativa.

Los objetivos de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein son:

- a) Determinar las deficiencias y competencias que tiene una persona en sus habilidades sociales.
- b) Identificar el uso de la variedad de habilidades sociales, personales e interpersonales.
- c) Evaluar en qué tipo de situaciones las personas son competentes o deficientes en el empleo de una habilidad social.

3.6 Procedimientos

Se tuvo un primer contacto con el director Jaime Muñoz Silva de la Institución Educativa “Jorge Basadre”- UGEL 10, Aucallama – Huaral, para establecer la dinámica de la investigación.

Una vez obtenida la población de sujetos en función al grado, sexo, escolaridad de la madre, a través de las nóminas de matrículas de 2013, se realizó una reunión con el director Jaime Muñoz Silva, con el objetivo de coordinar los días de aplicación de la prueba, la duración y el horario en que se realizaría.

Posteriormente, se llevó cabo la aplicación de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, que se realizó de manera colectiva por grado y sección, manteniéndose un buen clima en cada aula, con el fin de lograr buenos resultados y mayor veracidad de la aplicación de la prueba.

Terminado la aplicación de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein por grado y sección, se procedió al análisis de los datos mediante el Programa Estadístico para las Ciencias Sociales SPSS 18, con el objetivo de obtener las características de la población de estudio.

Con el procesamiento de la información, se procedió a sistematizar y organizar la parte teórica en una coherente exposición; asimismo, los datos obtenidos con test psicológico fueron tabulados para establecer porcentajes y trabajar con valores generalizables, así como, elaborar gráficos. Cada uno de los elementos de la información, fueron analizados cuantitativamente y descritos en sus particularidades. Los ejes de análisis fueron las variables de

estudio presentes en los objetivos. Se consideró las frecuencias y porcentajes, mismos que fueron comparados entre sí para establecer conclusiones.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Análisis descriptivo del nivel de habilidades sociales para muestra total

En la Tabla 4 y figura 2 se aprecia que 46.4 % de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado, presentan niveles de habilidades sociales normales, y en 19.4% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales altos, constituyen el 34.4% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 4

Nivel de habilidades sociales global en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	81	34.2
Normal	110	46.4
Bajo	46	19.4
Total	237	100.0

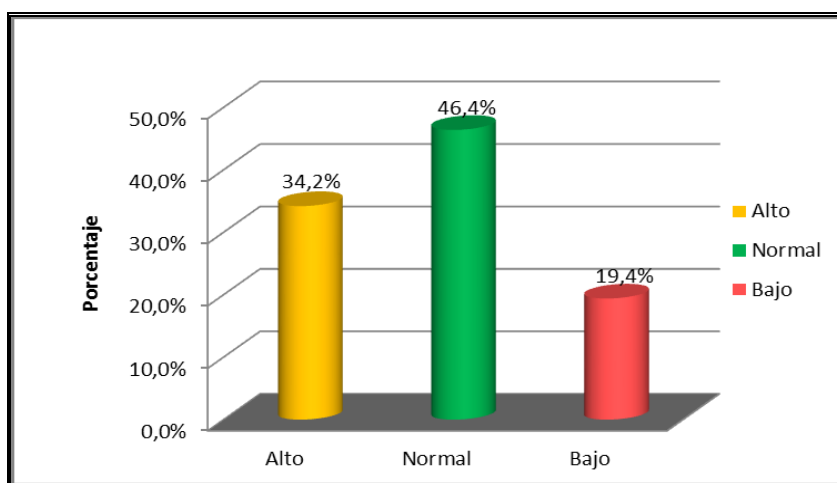


Figura 2. Nivel de habilidades sociales global

4.2 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales primarias

En la Tabla 5 y Figura 3 se observan los datos correspondientes al nivel habilidades sociales primarias en los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 42.6 % de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado presentan niveles de habilidades sociales normales y, en 16.0% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales altos, representan al 41.2% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 5

Nivel de habilidades sociales primarias en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	98	41.2
Normal	101	42.8
Bajo	38	16.0
Total	237	100.0

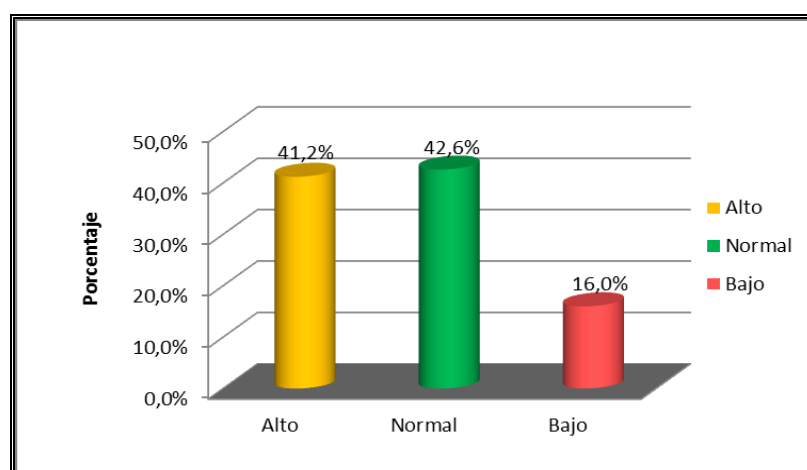


Figura 3. Niveles de habilidades sociales primarias

4.3 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales avanzadas

En la Tabla 6 y Figura 4 se observan los datos correspondientes al nivel habilidades sociales avanzadas en los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 48.9% de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado, presentan niveles de habilidades sociales altos y, en 12.3% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales normales, representan al 38.8% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 6

Nivel de habilidades sociales avanzadas en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	116	48.9
Normal	92	38.8
Bajo	29	12.3
Total	237	100.0

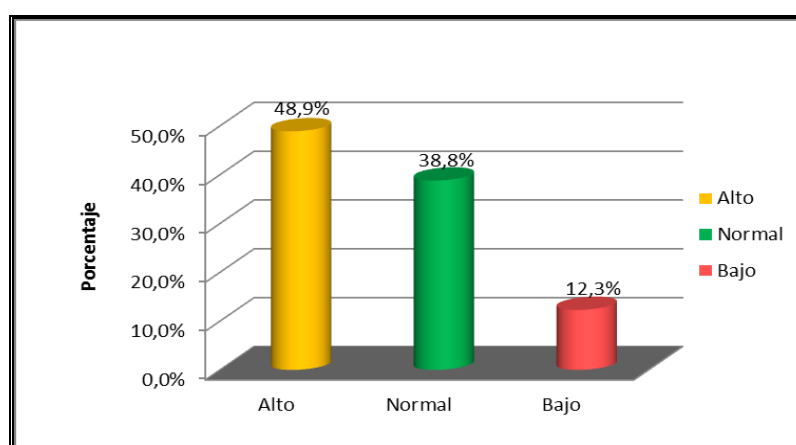


Figura 4. Nivel de habilidades sociales avanzadas

4.4 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

En la Tabla 7 y Figura 5 se observan los datos correspondientes al nivel habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 45.6 % de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado presentan niveles de habilidades sociales normales y, en 23.2% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales alto representan al 31.2% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 7

Nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	74	31.2
Normal	108	45.6
Bajo	55	23.2
Total	237	100.0

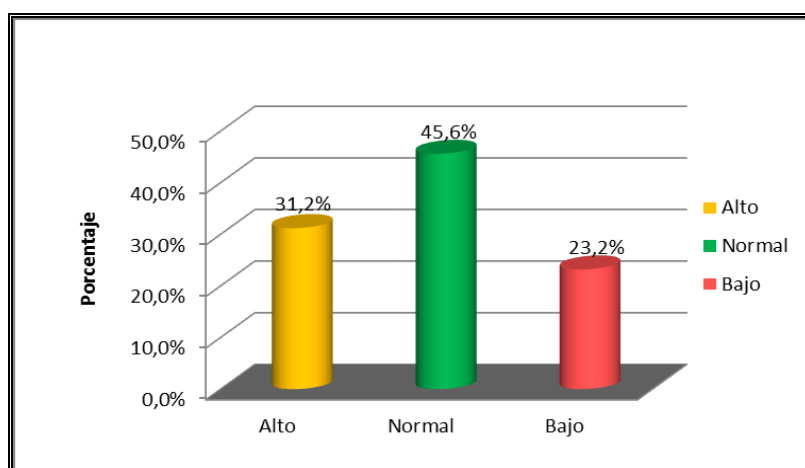


Figura 5. Nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

4.5 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales alternativas a la agresión

En la Tabla 8 y Figura 6 se observan los datos correspondientes al nivel habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 43.9 % de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado presentan niveles de habilidades sociales normales y, en 16.9% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales altos, representan al 39.2% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 8

Nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	93	39.2
Normal	104	43.9
Bajo	40	16.9
Total	237	100.0

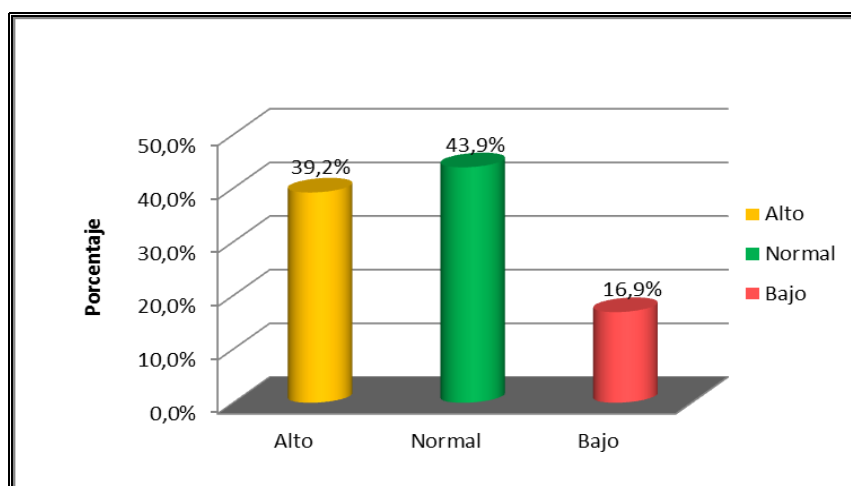


Figura 6. Nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión

4.6 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales para hacer frente al estrés

En la Tabla 9 y Figura 7 se observan los datos correspondientes al nivel habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 41.4 % de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado presentan niveles de habilidades sociales normales y, en 24.5% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales altos, representan al 34.2% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 9

Nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386

Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	81	34.2
Normal	98	41.4
Bajo	58	24.4
Total	237	100.0

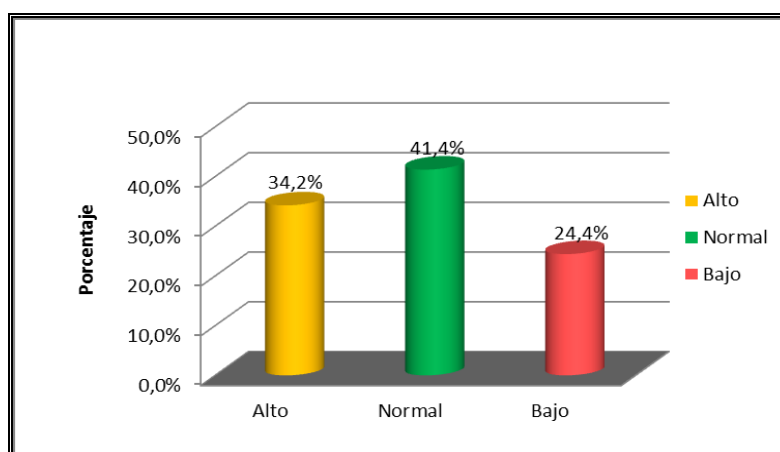


Figura 7. Nivel de habilidades sociales para hacer frente al estrés

4.7 Análisis descriptivo de nivel habilidades sociales de la planificación

En la Tabla 10 y Figura 8 se observan los datos correspondientes al nivel habilidades sociales de planificación en los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 57.4% de los estudiantes del nivel secundaria del 1ero al 5to grado presentan niveles de habilidades sociales normales y, en 25.7% se caracterizan por presentar niveles bajos. Quienes presentan niveles de habilidades sociales altos representan al 16.9% de la muestra total de los estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre.

Tabla 10

Nivel de habilidades sociales de planificación en estudiantes del nivel secundaria del primero al quinto año de la I.E. 20386 Jorge Basadre

Niveles	Frecuencias	Porcentaje
Alto	40	16.9
Normal	136	57.4
Bajo	61	25.7
Total	237	100.0

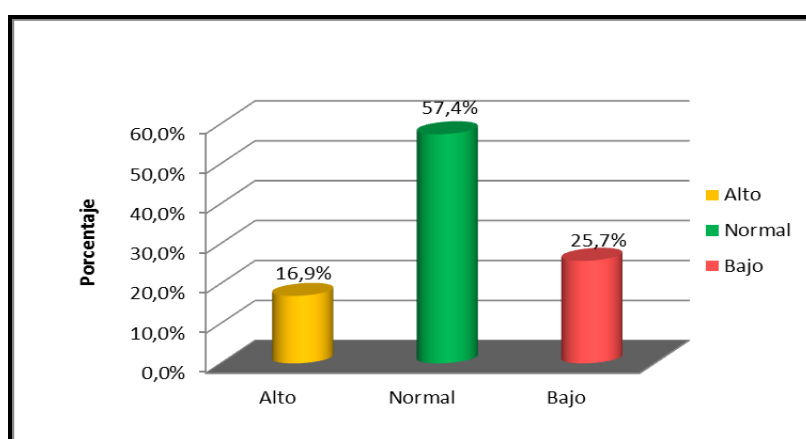


Figura 8. Nivel de habilidades sociales de planificación

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Esta investigación tuvo como propósito diagnosticar el estado de habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. 20386 Jorge Basadre del Distrito de Aucallama, Provincia de Huaral. En nuestro país un considerable porcentaje de adolescentes que presentan dificultades para acatar las normas, valores y costumbres de cada sociedad, tienen problemas para expresar sus emociones, sentimientos y opiniones con las personas de su entorno. La población de estudio presenta como característica, familias con pocos recursos económicos, muchos de ellos dedicados a la agricultura y ganadería. Asimismo, se enfrenta a serias amenazas de salud, educación, pobreza, desigualdad y violencia, volviéndose más vulnerable; además dicha vulnerabilidad genera una serie de desventajas en cuanto al desarrollo de habilidades sociales, debido que en sus aulas la I.E. 20386 Jorge Basadre se presentan dificultades para interactuar, manifestado en los adolescentes, tales como, un bajo nivel de autoestima, inseguridad al expresarse, intolerancia a las opiniones y diferencias personales, mostrando una carga de agresividad, profiriendo groserías, dificultando en ese sentido, su desenvolvimiento personal y social, al sostener formas de comunicación poco efectivas y afectivas, incrementándose así, conductas antisociales en los adolescentes del Distrito de Aucallama. Tomando en cuenta a los adolescentes con estas características personales, cabría preguntar ¿Qué está pasando con los adolescentes del Distrito de Aucallama que presentan estas características y dificultades en sus habilidades sociales? ¿Son ellos poseedores de sus habilidades sociales? Son interrogantes a las cuales se pretende responder con los datos obtenidos en el estudio.

Uno de los hallazgos importantes de la presente investigación indica que 46.4 % de los estudiantes del nivel secundario se caracterizan por tener niveles normales de habilidades sociales; así también, se observa que el 34.2% de los adolescentes presentan un nivel alto. Se puede deducir que los estudiantes de nivel secundaria que presentan nivel de habilidades sociales normal, se caracterizan por presentar una adecuada relaciones interpersonales con su entorno social, ya que, pueden cumplir órdenes, respetar reglas y normas, pueden

iniciar una conversación, pedir ayuda, escuchar opiniones, respetar los derechos de los demás y evitar discusión o peleas. Todas estas características la presentan, a pesar, de tener a sus padres que se dedican a la agricultura o ganadería. Sin embargo, resulta preocupante que 19.4% presentan niveles de habilidades sociales bajos, razón por la cual, no podemos dejar de lado a los estudiantes que presentan un nivel bajo, debido que presentan dificultades en sus relaciones interpersonales, además que no acatan órdenes, se comportan de manera irrespetuosa, rompiendo las normas y reglas de convivencia en la escuela o en el hogar, o ya sea que permanentemente presentan conflictos con sus compañeros y están metidos en riñas o peleas. Este hallazgo no concuerda con lo reportado por Morales (2012), quien realizó un estudio de tipo descriptivo, correlacional y de corte transversal, tomando como unidades de estudio a 129 adolescentes, de ambos sexos, cuyas edades oscilan entre los 15 y 19 años de edad, procedentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carbajal, en el nivel secundario, así con respecto a su resultado del nivel de habilidades sociales, el 54,3% de los adolescentes presentan un nivel promedio y el 38,8% un nivel bajo; e igualmente se observa que el 7% de los adolescentes presentan un nivel alto. Por otro lado, estos resultados coinciden con lo reportado por Álvarez et al. (2012) quienes realizaron un trabajo de investigación descriptiva sobre las habilidades sociales con 50 adolescentes de edades entre 15 a 16 años, de San Agustín del Cantón - Santa Rosa; los resultados obtenidos revelan que el 45% tienen habilidades sociales normales.

Otro de los aportes de la presente investigación tiene que ver con el siguiente hallazgo: correspondientes al nivel habilidades sociales primarias de los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 42.8% de los estudiantes se caracterizan por tener niveles normales de habilidades sociales y, en 16% presentar niveles bajos, lo que indica que los alumnos se caracterizan por tener dificultades para escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, dar las gracias, hablar en público, presentarse, expresar amor, agrado y afecto, defender sus derechos, expresar opiniones, afrontamiento a críticas, etc. Este hallazgo se aproxima con lo reportado por Magariño (2011), quien realizó una investigación con escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizando como muestra 265 estudiantes de secundaria. En relación a las primeras

habilidades sociales, obtuvo como resultados que el 51.7% de los encuestados presentaron un nivel normal, bueno y excelente nivel. Los resultados que no coinciden con la presente investigación es reportado por Yare y Ussca (2007), quienes realizaron un estudio con adolescentes de 14 a 19 años de edad, pertenecientes a la Institución Preuniversitaria Johann Mendel – Arequipa. Encontrando como resultado en el primer factor, autoexpresión en situaciones sociales, el 43.5% de los adolescentes presenta un nivel bajo.

Otro hallazgo importante de la presente investigación tiene que ver con el nivel de habilidades sociales avanzadas de los estudiantes. Se obtuvo como resultado que 48.9 % de los estudiantes se caracterizan por tener niveles de habilidades sociales altos y, en 12.3% presentar niveles bajos, lo que indica que los alumnos se caracterizan por tener dificultades para disculparse y relacionarse con las personas de su entorno, así como pedir ayuda, seguir instrucciones, dar instrucciones, convencer a lo demás. Este hallazgo no concuerda con lo reportado por Magariño (2011) quien realizó una investigación con escolares de una Institución Educativa de Independencia y utilizó como muestra 265 estudiantes de secundaria; en relación a las habilidades sociales avanzadas, obtuvo como resultado que el 34.4% de los encuestados presentaron un nivel bueno y un excelente nivel, mientras que el 21.5% obtuvo un nivel bajo. Existe otro hallazgo que también no concuerda, es lo reportado por Gil (2011), quien realizó una investigación llamada habilidades sociales y agresividad en escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizando una muestra de 265 estudiantes de secundaria, en la que obtuvo como resultado que los estudiantes con un 34.4% de los encuestados, presentaron un nivel bueno y un excelente nivel, mientras que el 41.9% obtuvo un nivel bajo y deficiente.

En la presente investigación con respecto al nivel habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes, se obtuvo como resultado que 45.6% de los estudiantes se caracterizan por tener niveles normales de habilidades sociales y el 23.2% presentar niveles bajos, lo que indica que los alumnos se caracterizan por tener dificultades para conocer los sentimientos propios, expresar sentimientos, comprender a los demás, resolver sus miedos, autorecompensarse. Este hallazgo coincide con lo reportado por Magariño (2011)

quien realizó una investigación con escolares de una Institucion Educativa de Independencia y ultizó como muestra 265 estudiantes de secundaria; así con respecto a las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, obtuvo como resultado que el 21.5.% de los encuestados presentaron niveles bajos. Los resultados tampoco concuerdan con lo reportado por Gil (2011), quien realizó una investigación llamada habilidades sociales y agresividad en escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizando una muestra de 265 estudiantes de secundaria, obteniendo como resultado que los estudiantes con un 17.0% de los encuestados, presentaron niveles normales.

Otro hallazgo importante de la presente investigación tiene que ver con el nivel habilidades sociales alternativas a la agresión en los estudiantes, donde se obtuvo como resultado que 43.9% de los estudiantes se caracterizan por tener niveles normales de habilidades sociales y en 16.9% presentar niveles bajos, lo que indica que los alumnos se caracterizan por tener dificultades respecto a saber compartir, saber negociar, responder las bromas, practicar el autocontrol y defender sus derechos propios. Este hallazgo no concuerda con lo reportado por Magariño (2011), quien realizó una investigación con escolares de una Institucion Educativa de Independencia y ultizó como muestra 265 estudiantes de secundaria, puesto que en relación a las habilidades sociales alternativas a la agresión, obtuvo como resultado que el 20.8% de los encuestados presentaron niveles normales y el 21.1% niveles bajos. Los resultados que se aproximan es lo reportado por Gil (2011), quien realizó una investigación llamada habilidades sociales y agresividad en escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizando una muestra de 265 estudiantes de secundaria, obteniendo como resultado que los estudiantes con un 21.1% de los encuestados presentaron niveles bajos.

Uno de los aportes de la presente investigación tiene que ver con el hallazgo correspondiente al nivel habilidades sociales para hacer frente al estrés en los estudiantes, donde se obtuvo como resultado que 41.4% de los estudiantes se caracterizan por tener niveles normales de habilidades sociales y, en 24.4% presentar niveles bajos, lo que indica que los alumnos se caracterizan por tener dificultades para formular o responder una queja, demostrar deportividad después del juego, afrontar la vergüenza, responder al fracaso o defender a otras personas.

Este hallazgo se aproxima con lo reportado por Magariño (2011), quien realizó una investigación con escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizó como muestra 265 estudiantes de secundaria; respecto a las habilidades sociales para hacer frente al estrés, obtuvo como resultado que el 39.6% de los encuestados presentaron niveles normales y bueno, mientras que el 21.9% presenta niveles bajos. Los resultados que coinciden es lo reportado por Gil (2011), quien realizó una investigación llamada Habilidades sociales y agresividad en escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizando una muestra de 265 estudiantes de secundaria, obteniendo como resultado que los estudiantes con un 21.9% de los encuestados presentaron niveles bajos.

Otro hallazgo importante de la presente investigación tiene que ver con el nivel habilidades sociales de planificación en los estudiantes, donde se obtuvo como resultado que 57.4% de los estudiantes se caracterizan por tener niveles de habilidades sociales adecuados y, en 25.7% presentar niveles bajos, lo que indica que los alumnos se caracterizan por tener dificultades para tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. Este hallazgo tampoco concuerda con lo reportado por Magariño (2011), quien realizó una investigación con escolares de una Institución Educativa de Independencia y utilizó como muestra 265 estudiantes de secundaria, respecto a las habilidades sociales de planificación, obtuvo como resultado que el 43.4% de los encuestados presentaron un nivel bajo y deficiente de habilidades, mientras que el 56.6% un buen, normal y excelente nivel. Los resultados que no coinciden son lo reportado por Gil (2011), quien realizó una investigación llamada habilidades sociales y agresividad en escolares de una Institución Educativa de Independencia, utilizando una muestra de 265 estudiantes de secundaria, donde obtuvo como resultado que el 56.6% de los escolares presentaron un nivel normal, bueno y excelente de Habilidades, mientras que el 43.4% presentaron un nivel bajo y deficiente de habilidades de planificación.

CONCLUSIONES

1. En el área de habilidades sociales primarias, los alumnos se ubicaron en el nivel normal, al parecer existe buena relación interpersonal para escuchar, iniciar y mantener una conversación, presentar a otra persona, hacer un cumplido, formular preguntas y dar las gracias.
2. En el área de habilidades sociales avanzados presentan resultados altos. Los alumnos evaluados se caracteriza por seguir instrucciones, dar instrucciones, así como pedir ayuda, participar y convencer a lo demás.
3. En el área de habilidades sociales relacionados con los sentimientos, los resultados demuestran que existe un nivel bajo para conocer los propios sentimientos y expresarlos, enfrentarse al enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo y autorrecompensarse.
4. En el área de habilidades sociales alternativas a la agresión, los alumnos se ubicaron en el nivel normal, para pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, defender los propios derechos, responder a los bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.
5. En el área de habilidades sociales para hacer frente al estrés presentan resultados bajos. Los alumnos evaluados se caracteriza por formula una queja, demostrar deportividad después de un juego, defender a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios y hacer frente a las presiones del grupo.
6. En el área de habilidades de planificación, los resultados demuestran que existe un nivel normal, para tomar decisiones realistas, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión eficaz y concentrarse en una tarea.

RECOMENDACIONES

1. Realizar un programa de intervención de habilidades sociales para los estudiantes del nivel secundario de la I.E. 20386 Jorge Basadre, puesto que solo 4 de cada 10 estudiantes presenta alto nivel de habilidades sociales, estando el resto de estudiantes con déficit y debilitado en habilidades sociales.
2. Establecer normas y valores consensuados con los estudiantes, las cuales permitirán desarrollar actitudes adecuadas en los adolescentes, no solo dentro del aula, sino en distintos ambientes o entorno.
3. Desarrollar campañas de prevención dirigidas a los alumnos de los primeros años de estudio de nivel secundaria con el propósito de mejorar sus relaciones interpersonales con su entorno.
4. Es preciso tener en cuenta los resultados de los estudios revisados, pero también esto debe hacerse con cautela, dada la inconsistencia de los mismos y la dificultad de extrapolarlos a la presente población.
5. Ampliar el campo de investigación sobre el desarrollo o promoción de las habilidades sociales en el entorno educativo, a fin de generalizar su uso y generar nuevos conocimientos.
6. Realizar estudios, teniendo como población a los estudiantes de educación básica regular de nivel inicial y primaria, así como replicar estudios en poblaciones del nivel secundario en el distrito de Aucallama, Provincia de Huaral.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alonso, C., Gallego, D. y Honey, P. (1994). *Los Estilos de Aprendizaje: Procedimientos de diagnóstico y mejora*. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- Álvarez, B., Carchi, M., y Vargas, Y. (2012). *La Afectividad y su Influencia en las Habilidades Sociales de los Adolescentes de 15 a 16 años de edad del sitio San Agustín del Cantón Santa Rosa durante el año 2011*. (Tesis de licenciatura). Universidad Técnica de Machala, Ecuador. Recuperado de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/1284/1/T-UTMACH-FCS-755.pdf>
- Anguiano, S., Vega, C., Nava, C., y Soria, R. (2010). Las Habilidades Sociales en Universitarios, Adolescentes y Alcohólicos en recuperación de un grupo de Alcohólicos Anónimos (AA). Recuperado en marzo 30, 2015 de la Word Wide Web: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3253993>
- Arellano, M. (2012). *Efectos de un Programa de Intervención Psicoeducativa para la Optimización de las Habilidades Sociales de Alumnos de Primer Grado de Educación Secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor*. (Tesis de maestría inédita). Escuela Universitaria de Posgrado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
- Arévalo, M., Cortez, E., Escalante, M., Uribe, R. y Velásquez, W. (2005). *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares*. Lima: Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi.
- Arias, B. y Fuertes, J. (1999). Competencia social y solución de problemas sociales en niños de educación infantil: Un estudio observacional *Mente y Conducta en situación educativa*. *Revista electrónica del Departamento de Psicología*, 1(1), 1-40.
- Aron, A. y Milicic, N. (1994). *Vivir con otros: Manual de Desarrollo de Habilidades Sociales*. Santiago de Chile: Universitaria.
- Aron, A. y Milicic, N. (1996). *Vivir con otros: Programa de desarrollo de habilidades sociales*. Madrid: CEPE.
- Becerra, A. (2006). Interacciones y construcción social del conocimiento en educación en línea. *Revista de la Educación Superior*, 2(138), 65-77. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=60413804>

- Berger, K. (2007). *Psicología del Desarrollo: Infancia y adolescencia*. Madrid: Médica Panamericana S.A.
- Bisquerra, J. (2003). *Relaciones Interpersonales*. Madrid: Mac Graw Hill Interamericana.
- Bravo, A. (2003). *Habilidades para la vida, una experiencia de fe y alegría en Colombia: Informe de Sistematización*. Colombia: Fe y Alegría.
- Caballo, V. E. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- Caballo, V. E. (1998). *Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales: un entrenamiento multimodal*. Madrid: UNED.
- Caballo, V. E. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo Veintiuno.
- Camacho, C. y Camacho, M. (2005). Habilidades sociales en la infancia. *Revista profesional española de terapia cognitivo-conductual*, 3 (1), 1-27.
- Campo, L. y Martínez, Y. (2009). Habilidades sociales en estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de la Costa de Caribe Colombiana. *Revista Iberoamérica de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 2(1), 39 – 51.
- Castanyer, O. (2004). *La asertividad: Expresión de una sana autoestima*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Cea D'Áncora, M.A. (1999). *Metodología cuantitativa. Estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Síntesis.
- Coleman, J. y Hendry, L. (2003). *Psicología de La Adolescencia*. Madrid: Ediciones Morata SL.
- Coll, C. (1987). *Psicología y currículum: Una aproximación psicopedagógica al currículum escolar*. Barcelona: Laia.
- Condori, L. (2002). *Funcionamiento familiar y situaciones de crisis de adolescentes infractores y no infractores en Lima Metropolitana*. (Tesis de maestría en Psicología Clínica). Escuela Universitaria de Posgrado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
- Contreras, P. (2008). *Relación entre habilidades sociales, estilos de aprendizaje, personalidad y rendimiento académico en estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional de Lima*. (Tesis de doctorado inédita). Escuela Universitaria de Posgrado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.

- Chambi, B. (2004). *Relación entre habilidades sociales y las dimensiones de personalidad en adolescentes*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa, Perú.
- Choque, L. (2007). *Eficacia del Programa Educativo de Habilidades Para la Vida en Adolescentes de una Institución Educativa del Distrito de Huancavelica, 2006*. (Tesis de maestría en Gerencia de Proyectos y Programas Sociales). Escuela Universitaria de Posgrado de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima.
- Daros, W. (1997). *El entorno social y la escuela*. Rosario: Artemisa.
- Del Prette, A. y Del Prette, Z. (2002). *Psicología de las habilidades sociales: Terapia y educación*. México, D.F.: Manual Moderno.
- Del Prette, A., Del Prette, Z. y Mendes, M. (1999). Habilidades sociales en la formación profesional del psicólogo: Análisis de un programa de intervención. *Revista de Psicología conductual*, 7(1), 27–47. Recuperado de <http://www.behavioralpsycho.com/PDFespanol/1999/art02.1.07.pdf>
- Eceiza, M., Arrieta, M. y Goñi, A. (2008). Habilidades sociales y contextos de la conducta social. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 11-26.
- Eñoki, K. y Mostacero, L. (2006). *Clima social familiar y rendimiento académico en alumnos de 4° y 5° grado de educación secundaria de la Institución Educativa Privada Virgen de Guadalupe de la Provincia de Viru*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de Trujillo, Perú.
- Esparza, C. (2003). *Factores psicológicos asociados al rendimiento académico en estudiantes preuniversitarios*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima.
- Estévez, E., Murgui, S., Musitu, G. y Moreno, D. (2008). Clima familiar, clima escolar y satisfacción con la vida en adolescentes. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(1), 119-128.
- Felipe, M. (2012). *Conducta resiliente y habilidades sociales en internos del centro de integración para adolescentes*. (Tesis de licenciatura). Universidad Michoacana De San Nicolás De Hidalgo, Morelia Michoacán.
- García, A. (2010). Estudio de la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *Revista de Educación*, 21(12), 225-227
- Garlaza, C. (2012). *Relación entre Habilidades Sociales y Clima Social Familiar de los adolescentes de la Institución Educativa Fe y Alegría*. (Tesis de

- licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de [http://www.resiliencia.cl/investig/Tesis\(Belloni-Villalobos\).pdf](http://www.resiliencia.cl/investig/Tesis(Belloni-Villalobos).pdf)
- Gil, F., León, J. y Jarana, L. (1995). *Habilidades sociales y salud*. Madrid: Pirámide.
- Gil, K. (2011). *Habilidades sociales y agresividad en escolares de una Institución Educativa de Independencia*. (Tesis de licenciatura en Psicología). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima.
- Gismero, E. (2000). *EHS: Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: TEA.
- Hernández, R., Fernández C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México D. F.: MacGraw Hill.
- Hidalgo, C. y Abarca, N. (1994). *Comunicación interpersonal: Programa de entrenamiento en Habilidades Sociales*. Santiago, Chile: Universitaria Católica de Chile.
- Huerta, M. (2002). *Enseñar a aprender significativamente*. Lima: San macos.
- Huerta, M. (2003). *El currículo escolar*. Lima: San marcos
- Ison, M. (1997). Déficit en habilidades sociales en niños con conductas problema. *Revista Interamericana de Psicología*, 3 (2), 243-255.
- Jeffrey, K. (2002). *Entrenamiento de las habilidades sociales*. Bilbao, España: Descleé de Brouwer.
- Kennedy, J. (1992). Relationship of maternal beliefs and childrearing strategies to social competence in preschool children. *Child Study Journal*, 22(1), 39-61.
- Lacunza, A. y Contini, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes: Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, 12(23), 159–182.
- Lafuente, E. (1998). Comunicación y negociación intercultural. *Revista De Gestión Pública y Privada*, (3), 109-116.
- Landázuri, V. (2007). Asociación entre el rol del agresor y el rol de víctima de intimidación escolar con la Autoestima y las Habilidades Sociales de adolescentes de un Colegio Particular Mixto en Lima. *Revista de Psicología Herediana*, 2(2), 71-80. Recuperado de <http://observatorioperu.com/bullying%20peru/ASOCIACION%20ENTRE%20EL%20ROL%20DE%20AGRESOR%20Y%20EL%20ROL%20DEL...pdf>

- Lescano, P., Tomás, M. y Vara, F. (2003). *Agresividad y Habilidades Sociales en los alumnos del 5to. Año de Secundaria de las Instituciones Educativas Nacionales*. (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima. Recuperado de: http://www.ticv.edu.pe/portal/escuelas/psicologia/tesis_ps/TESisrr197.doc.
- López, L. (2010). El desarrollo de las habilidades sociales. *Revista Innovación y experiencias educativas*, 31(1), 1-9. Recuperado de: http://scholar.google.es/scholar?hl=es&q=+las+habilidades+sociales.+Laura++L%C3%B3pez+Jurado&btnG=Buscar&lr=&as_ylo=&as_vis=0
- Magariño, S. (2011). *Autocontrol y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de Independencia*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima.
- Mangrulkar, L; Vince, C & Posner, M. (2001). *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Mantilla, L. (2005). Habilidades para la vida. Una propuesta educativa para convivir mejor. *Revista del Instituto de investigaciones Educativas*, 9(16), 11-23.
- Mantilla, L. y Chahín, I. (2006). *Habilidades para la vida: Manual para aprenderlas y enseñarlas*. Bilbao: EDEX.
- Marín, M. y León, J.M. (2001). Entrenamiento en habilidades sociales: un método de enseñanza - aprendizaje para desarrollar las habilidades de comunicación interpersonal en el área de enfermería. *Psicothema*, 13(2), 247-251.
- Matalinares, M., Arenas, C., Sotelo, L., Díaz, G., Dioses, A., Yaringaño, J., Muratta, R., Pareja, C. & Tipacti, R. (2010). Clima familiar y agresividad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 13(1), 109-128.
- Meza, A. (1995). Psicología de la asertividad. *Boletín de Psicología de la UPCH*, 1(3), 15 – 19.
- Michelson, L., Sugai, D., Wood, R. y Kazdin, A. (1987). *Las habilidades sociales en la infancia: Evaluación y tratamiento*. Barcelona: Martínez Roca.

- Monjas, M. (1992). *La competencia social en la edad escolar. Diseño aplicación y validación del Programa de Habilidades de Interacción Social*. (Tesis doctoral inédita). Universidad de Salamanca, Salamanca.
- Monjas, M. (1996). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS)*. Madrid: CEPE.
- Monjas, M. (2000). *La timidez en la infancia y en la adolescencia*. Madrid: Piramide.
- Monjas, M. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: CEPE.
- Monjas, M. (2004). *¿Mi hijo es tímido?* Madrid: Pirámide.
- Monjas, M. y González, B. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. Madrid: Centro de Investigación y Documentación Educativa-CIDE.
- Moos, R. (1974). *Health and the social environment*. Lexington, M.A.: D. C. Heath.
- Morales, L. (2013). *Habilidades Sociales que se relacionan con las conductas de riesgo en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carbajal, Tacna-2012*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Lima. Recuperado de http://tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/unjbg/176/61_2013_Morales_Cutipa_LA_FACS_Enfermeria_2013.pdf?sequence=1
- Moreno, M. (2011). *Desarrollo de habilidades sociales como estrategia de integración al bachillerato*. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Yucatán, Mérida. Recuperado de <http://posgradofeuady.org.mx/wp-content/uploads/2011/09/Moreno-MariaMOCE2011.pdf>
- Ovejero, A. (1998). Las habilidades sociales y su entrenamiento en el ámbito escolar. En F. Gil y J. León (Eds). *Habilidades sociales. Teoría, investigación e intervención* (pp. 169-185). Madrid, España: Síntesis Psicológica.
- Oyarzún, G., Estrada, C., Astete, E., y Oyarzún, M. (2012). *Habilidades Sociales y Rendimiento Académico: Una Mirada desde el Género*. Recuperado el 1 de marzo del 2015, de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-911552012000200003
- Pacheco, M. (2009). *Efecto de un Taller de habilidades sociales en el comportamiento asertivo de niños y niñas de la I Etapa de Educación*

- Básica*. (Tesis de maestría). Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo. Recuperado de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/9218-08-02747.pdf>
- Pades, F. (2003). *Habilidades sociales en enfermería: Propuesta de un programa de intervención*. (Tesis doctoral en Psicología). Universidad de Islas Baleares, España. Recuperado de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/9444/tapj1de1.pdf;jsessionid=9E676E7ADA732EA0CFD69611E1CA75F9.tdx1?sequence=1>
- Parsons, T. (1988). *El sistema social*. Madrid: Alianza Universidad.
- Peñafiel, E. y Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. España: Editex.
- Peres, M. (2008). *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizadas para el afrontamiento a su entorno inmediato*. (Tesis doctoral en psicología social). Universidad de las Islas Baleares, España. Recuperado de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/2093/1/17705381.pdf>
- Pérez, A. (1988). *Análisis didáctico de las Teorías del Aprendizaje*. Málaga, España: Universidad de Málaga
- Pérez, I. (2000). *Habilidades sociales: Educar hacia la autorregulación, conceptualización. Conceptualización, autorregulación e intervención*. Barcelona: Horsori.
- Picard, Ch. (2002). *Mediación en conflictos interpersonales y de pequeños grupos*. La Habana: Pub Acuario.
- Pichardo, M., Justicia, F. y Fernández, M. (2009). Prácticas de crianza y competencia social en niños de 3 a 5 años. *Pensamiento Psicológico*, 6(13), 37-48.
- Powel, B. (2003). *Las relaciones personales*. Clave de salud. Mexico: Urano.
- Quispe, L. (2003). *Psicología*. Lima: Nybec.
- Rice, F. (1997). *Desarrollo humano: El estudio del ciclo vital*. México: Prentice Hall.
- Robbins, S. (1999). *Comportamiento organizacional*. México D.F.: Prentice Hall.
- Roca, M. (2003). *Conflicto y vida cotidiana*. Buenos Aires: Infomed con PHP-Nuke.
- Rojas, H. (2004). *Habilidades sociales. Para una mejor relación interpersonal*. Huacho – Perú: Lunagraf E.I.R.L.

- Sánchez, C. y Cerezo, F. (2010). Variables personales y sociales relacionadas con la dinámica bullying en escolares de educación primaria. *Electronic Journal of Research in educational Psychology*, 8 (3), 1015-1032.
- Sánchez, O. (2001). Entrenamiento en Habilidades Sociales Incorporado al Currículo Escolar. *Psicología Educativa*, 7(2), 133-151.
- Schaffer, R. (1990). El desarrollo de la competencia interactiva en la infancia. En A. Palmonari y P. Ricci. (Eds.). *Aspectos cognitivos de la socialización en la edad evolutiva*. (pp. 37-48). Buenos Aires, Argentina: Nueva Visión.
- Sparrow, C. (2007). *Efecto de un Programa de Entrenamiento en habilidades sociales en un grupo de jóvenes con esquizofrenia*. (Tesis de licenciatura en Psicología). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2566/1/sparrow_lc.pdf
- Tomas, A. (1995). *Conducta tipo A y Habilidades Sociales en Estudiantes de 1er. al 5to. Año de Psicología de una Universidad Nacional*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima.
- Trianes, M. V., Muñoz, A. M. y Jiménez, M. (2000). *Competencia social: Su educación y su tratamiento*. Madrid: Pirámide.
- Valles, A. (1996). *Las Habilidades Sociales en la escuela: una propuesta curricular*. Madrid.
- Vallés, A. (2000). *Habilidades sociales para la competencia social y la convivencia*. Lima, Perú: Libro Amigo.
- Velásquez, C., Montgomery, W., Pomalaya, R., Vega, J., Guevara, W., García, P. y Díaz, G. (2009). Habilidades Sociales y Filosofía de vida en alumnos de secundaria con y sin participación en actos violentos de Lima Metropolitana. *Revista IIPSI*, 12(1), 69-82. Recuperado de http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v12_n1/pdf/a06v12n1.pdf
- Vidales, A. y Llanos, R. (2012). *Habilidades sociales y clima social familiar en alumnos del quinto grado de secundaria*. (Tesis de licenciatura). Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú.
- Vinyamata, E. (1999). *Manual de prevención y resolución de conflictos*. Barcelona: Ariel.

- Woolfolk, A. (2006). *Psicología educativa*. México, D.F.: Pearson Education.
- Yare, A. y Ussca, S. (2007). *Habilidades sociales y su relación con conductas de riesgo en adolescentes de 14 a 19 años*. (Tesis de licenciatura). Institución preuniversitaria Johann Mendel, Arequipa.
- Zavala, M., Valadez, M. y Vargas, M. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6 (2), 319-338. Recuperado de <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?271>

Anexos

1. Instrumento

GRUPO II: Habilidades Sociales Avanzadas		1	2	3	4	5
9.- ¿Pides ayuda cuando la necesitas?		1	2	3	4	5
10.- ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?		1	2	3	4	5
11.- ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?		1	2	3	4	5
12.- ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?		1	2	3	4	5
13.- ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?		1	2	3	4	5
14.- ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?		1	2	3	4	5
GRUPO III: Habilidades relacionadas con los sentimientos						
15.- ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?		1	2	3	4	5
16.- ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?		1	2	3	4	5
17.- ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?		1	2	3	4	5
18.- ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?		1	2	3	4	5
19.- ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?		1	2	3	4	5
20.- ¿Cuándo sientas miedo, piensas porque lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?		1	2	3	4	5
21.- ¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?		1	2	3	4	5
GRUPO IV: Habilidades Alternativas						
22.- ¿Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?		1	2	3	4	5
23.- ¿Compartes tus cosas con los demás?		1	2	3	4	5
24.- ¿Ayudas a quien lo necesita?		1	2	3	4	5
25.- ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?		1	2	3	4	5
26.- ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?		1	2	3	4	5

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

A.GOLDSTEIN

Estandarizada por Ambrosio Tomas Rojas 1995

Nombres y apellidos: Fecha de Aplicación:
 Edad: Sexo:
 Centro de educativo:
 Grado y sección:

INSTRUCCIONES

A continuación enumerada una lista de habilidades que las personas usan en la interacción social más o menos eficientemente. Ud. Deberá determinar como usa cada una de estas habilidades, marcando con un aspa (X) en columna de la derecha y en la fila correspondiente, según patrón en la columna de...

Marca 1: Nunca utiliza la habilidad = N

Marca 2: Rara vez usa la habilidad = RV

Marca 3: A veces usa la habilidad = AV

Marca 4: A menudo usa la habilidad =AM

Marca 5: Siempre usa la habilidad = S

	N	RV	AV	AM	S
GRUPO I: Primeras Habilidades Sociales					
1.- ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	1	2	3	4	5
2.- ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3.- ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4.- ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5.- ¿Dices a los demás que tú esta agradecida(o) con ellos por algo hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6.- ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7.- ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8.- ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que haces?	1	2	3	4	5

27.- ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28.- ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29.- ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30.- ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5
GRUPO V: Habilidades para hacer frente a Estrés					
31.- ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?	1	2	3	4	5
32.- ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33.- ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34.- ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35.- ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36.- ¿Manifiestas a los demás cuando sientas que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37.- ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38.- ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39.- ¿Reconoces y resuelves la confusión que le produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40.- ¿Comprendes de que y porque has sido acusado(a) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41.- ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42.- ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5

GRUPO VI: Habilidades de Planificación					
43.- ¿Si te sientes aburrida, intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44.- ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causo?	1	2	3	4	5
45.- ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46.- ¿Determinas de manera realista que tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47.- ¿Determinas lo que necesitas saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48.- ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49.- ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50.- ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

2.- Matriz de consistencia

TÍTULO: Habilidades sociales en estudiantes del nivel secundaria de primera al quinto grado de la I.E. 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral		AUTOR: Jose Alberto Nizama Yamunaque	
PROBLEMA		OBJETIVOS	
Variable 1: Habilidades Sociales			
Dimensiones		Indicadores	
Primeras Habilidades sociales		1 2 3 4 5 6 7 8	
Habilidades sociales avanzadas		9 10 11 12 13 14	
Habilidades relacionadas con los sentimientos		15 16 17 18 19 20 21	
Habilidades alternativas a la agresión		22 23 24 25 26 27 28 29 30	
Habilidades para hacer frente al estrés		31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42	
Habilidades de planificación		43 44 45 46 47 48 49 50	
<p>Problema principal: ¿Cuál es el nivel de habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado de la I.E. 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral?</p>	<p>Objetivo general: Determinar el nivel de habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado de la I.E. 20386 Jorge Basadre, UGEL 10 – Huaral?</p>	<p>Indicadores</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escuchar • Iniciar una conversación • Mantener una conversación • Formular una pregunta • Dar las gracias • Presentarse • Presentar a otras personas • Hacer un elogio • Pedir ayuda • Participar • Dar instrucciones • Seguir instrucciones • Discutir • Convenir a los demás • Conocer los propios sentimientos • Expresar sentimientos • Conocer los sentimientos de los demás • Embarazarse al embudo de otro • Expresar afecto • Resolver el miedo • Autorrecompensarse 	<p>Nivel: Eneatipo 1: Deficiente nivel de habilidades sociales Eneatipo 2 y 3: Bajo nivel de habilidades sociales Eneatipo 4, 5 y 6: Normal nivel de habilidades sociales Eneatipo 7 y 8: Buen nivel de habilidades sociales Eneatipo 9: Excelente nivel de habilidades sociales</p>
<p>Problemas secundarios: 1. ¿Qué nivel de habilidades sociales primarias presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado?</p>	<p>Objetivos específicos: 1. Identificar el nivel de habilidades sociales primarias que presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Compartir • Ayudar a los demás • Negociar • Empezar el autocontrol • Defender los propios derechos • Responder a los bromas • Evitar los problemas con los demás • No entrar en pánico • Formar una queja • Responder a una queja • Demostrar deportividad después de un juego • Resolver la vergüenza • Arreglárselas cuando se dejan de lado • Defender a un amigo • Defender a la persuasión • Responder al fracaso • Embarazarse a los mensajes contradictorios • Responder a una asociación • Prepararse para una conversación difícil • Hacer frente a las presiones del grupo • Tomar decisiones realistas • Discutir sobre la causa de un problema • Establecer un objetivo • Determinar las propias habilidades • Recopilar información • Resolver los problemas según su importancia • Tomar una decisión eficaz • Concentrarse en una tarea 	<p>1 N 2 RV 3 AV 4 AM 5 S</p>
<p>2. ¿Qué nivel de habilidades sociales avanzadas presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado?</p>	<p>2. Identificar el nivel de habilidades sociales avanzadas que presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado.</p>		
<p>3. ¿Qué nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado?</p>	<p>3. Identificar el nivel de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos que presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado.</p>		
<p>4. ¿Qué nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado?</p>	<p>4. Identificar el nivel de habilidades sociales alternativas a la agresión que presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado.</p>		
<p>5. ¿Qué habilidades sociales para hacer frente al estrés presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado?</p>	<p>5. Identificar el nivel de habilidades sociales frente al estrés que presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado.</p>		
<p>6. ¿Qué habilidades de planificación presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado?</p>	<p>6. Identificar el nivel de habilidades de planificación que presentan los estudiantes del nivel secundario del primero al quinto grado.</p>		