

OFICINA DE POSTGRADOS

Tema:

PLAN DE INTERVENCIÓN PARA FORTALECER HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA

Proyecto de investigación previo a la obtención del título Maestría en Psicología Clínica con mención en Psicoterapia Infantil y Adolescentes.

Línea de Investigación:

Salud integral, determinación social y desarrollo humano

Autora:

Ps. Cl. Cristina Maritza Gavilanes Guevara

Directora:

Ps.Cl. Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano Mg.

Ambato – Ecuador

Abril 2022

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE AMBATO

HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

PLAN DE INTERVENCIÓN PARA FORTALECER HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA

Línea de investigación:

Salud integral, determinación social y desarrollo humano

Autora:

Cristina Maritza Gavilanes Guevara

Ana Elizabeth Jaramillo Zambrano, Mg.
CALIFICADOR

f. 

Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana, Mg.
CALIFICADOR

f. 

Paúl Marlon Mayorga Lascano, Mg.
CALIFICADOR

f. 

Juan Carlos Acosta Teneda, P. PhD.
DIRECTORA DE LA OFICINA DE POSTGRADOS

f. 


Hugo Rogelio Altamirano Villaroel, Dr.
SECRETARIO GENERAL PUCESA

f. 


**Ambato – Ecuador
Abril 2022**

DECLARACIÓN DE AUTENCIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **CRISTINA MARITZA GAVILANES GUEVARA**, con **CC. 1804631594**, autora del trabajo de graduación intitulado: **“PLAN DE INTERVENCIÓN PARA FORTALECER HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA”** previa a la obtención del título profesional de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA CON MENCIÓN EN PSICOTERAPIA INFANTIL Y ADOLESCENTES**, en la **Oficina de POSTGRADOS**

- 1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
- 2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Ambato, abril 2022



CRISTINA MARITZA GAVILANES GUEVARA

CC.180463159-4

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia que es el pilar primordial de este logro, les agradezco por su apoyo, palabras de ánimo y su constante confianza en mí, aspectos que me han motivado a lo largo de este proceso, de igual manera agradezco a las personas cercanas a mí que a través de su guía y conocimientos han sido apoyo en momentos difíciles.

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación está dedicado a mi familia, que es primordial en mi vida, sin ellos este logro hubiera sido complicado, gracias a ellos he logrado plantearme metas y alcanzarlas, gracias a sus palabras de ánimo y apoyo constante que me han permitido sentirme confiada y sostenida en la vida.

RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito proponer un plan de intervención para fortalecer habilidades sociales en docentes adolescentes de octavo grado hasta tercero de bachillerato de una unidad educativa. La investigación parte de un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo y de corte transversal. Se utilizó la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein que consta de cincuenta ítems y evalúa seis áreas, el cuestionario de habilidades sociales (CHASO-III) que consta de cuarenta ítems que permite evaluar diez factores, y una ficha sociodemográfica. Como resultado, se obtuvo que la población presenta un nivel medio en habilidades sociales, sin embargo, se encontró déficit en aspectos como interactuar con desconocidos, interactuar con las personas que me atraen, afrontar situaciones de hacer el ridículo, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos y habilidades para hacer frente al estrés. Se concluyó que existe un bajo nivel en déficit de habilidades sociales. Por lo cual, se propone un plan de intervención de enfoque cognitivo conductual para fortalecer dichas habilidades sociales.

Palabras Claves: Habilidades sociales, déficit, adolescentes.

ABSTRACT

The purpose of this research was to propose an intervention plan to strengthen social skills in 200 adolescents from eighth to third grade of an educational institution. The study corresponds to an applied research and the collection of information starts from a quantitative approach, with a descriptive and cross-sectional scope. The Goldstein Social Skills Checklist was used, which consists of 50 items and evaluates 6 areas, the Social Skills Questionnaire (CHASO-III), which consists of 40 items that allows evaluating 10 factors, and a sociodemographic record. As a result, it was obtained that the population presents a medium level in social skills; however, deficits were found in aspects such as interacting with strangers, interacting with people who attract me, facing situations of making a fool of myself, advanced social skills, skills related to feelings and skills to cope with stress. It was concluded that there is a low level of social skills deficit. Therefore, an intervention plan with a cognitivebehavioral approach is proposed to strengthen said social skills.

Key Words: Social skills, deficit, adolescents.

ÍNDICE DE CONTENIDO

DECLARACIÓN DE AUTENCIDAD Y RESPONSABILIDAD	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO	viii
ÍNDICE DE TABLAS	x
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA	7
1.1. Habilidades sociales	7
1.1.1. Desarrollo social	7
1.1.1.2. Como se construye las habilidades sociales	8
1.1.1.4. Componentes de las habilidades sociales	10
1.1.1.5. Características de una persona socialmente habilidosa	17
1.1.1.6. Factores de riesgo	19
1.1.1.7. Tratamiento de habilidades sociales	21
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO	24
2.1. Técnicas e instrumentos de recolección de la información	25
2.2. Procesamiento y análisis de la información	30
2.3. Participantes y características sociodemográficas	31
2.3.1. Caracterización de la población	32
CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	38
3.1. Análisis descriptivos de reactivos psicológicos	38
3.1.1. Cuestionario de Habilidades Sociales CHASO III	38
3.1.2. Lista de chequeo de habilidades sociales	43
3.2. Diseño de plan de intervención	48
3.3. Plan de intervención	52
3.4. Cronograma de la propuesta de intervención	79
3.5. Limitaciones y perspectivas	80
CONCLUSIONES	81
RECOMENDACIONES	83

BIBLIOGRAFÍA	85
ANEXOS	93
ANEXO I. Consentimiento Informado	93
ANEXO II. Lista de chequeo de habilidades sociales	94
ANEXO III. Cuestionario de habilidades sociales (CHASO III)	97

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	18
Tabla 2.	18
Tabla 3.	27
Tabla 4.	28
Tabla 5.	29
<i>Tabla 6.</i>	30
Tabla 7.	33
Tabla 8.	34
Tabla 9.	35
Tabla 10.	35
Tabla 11.	36
Tabla 12.	38
Tabla 13.	41
Tabla 14.	43
Tabla 15.	45

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	40
Figura 2	42
Figura 3	44
Figura 4	47

INTRODUCCIÓN

La presente investigación, tiene como finalidad proponer un plan de intervención que permita fortalecer habilidades sociales de un grupo de estudiantes en edades comprendidas entre 12 a 18 años. Las habilidades sociales son relevantes en la adolescencia que ha sido considerada como un período crítico según Esteves, Paredes, Calcina y Yapuchura (2020) debido a las transacciones cruciales en las esferas cognitiva, conductual y emocional (Zavala, Valadez, & Vargas, 2017). Si bien la forma de vivir esta etapa varia en torno a la cultura, aspecto socioeconómico y creencias (Organización Mundial de la Salud [OMS] 2020) son las habilidades sociales un aspecto en común en esta etapa, permiten al mismo desarrollar y mantener relaciones interpersonales, que permite comprender y reconocer emociones propias y ajenas (Sartori & López 2016).

Para lo cual, se abordan las siguientes investigaciones desarrolladas a nivel internacional y nacional sobre habilidades sociales en población adolescente. Es así que en España Gutiérrez y López (2015) investigaron sobre habilidades sociales e inteligencia emocional. Se aplicó la Escala de Habilidades Sociales de Gismero, con la finalidad de analizar las habilidades sociales que usan a modo de respuesta. Los resultados indican que la población presenta dificultades en resolver conflictos de manera asertiva.

La investigación de Zavala, Valadez y Vargas (2017) en España, se trabajó con dos grupos, el primero conformado por adolescentes socialmente aceptados, y el segundo, adolescentes considerados como no populares. A los dos grupos, se aplicó la escala de Gismero, donde, se obtuvo como resultados, que el primer grupo presentó bajo nivel en habilidades sociales, principalmente en el área de peticiones, esto posiblemente debido a que los adolescentes experimentan la presión de ser socialmente aceptados.

En el mismo país, se realizó un estudio por Rebaque, García, Blanco, García y Caso (2019). Con el objetivo de analizar la importancia de habilidades sociales como materia. Debido a que las habilidades sociales son aprendidas, es coherente involucrarlo al área educativa, por la cantidad de tiempo que un estudiante le dedica a

la institución educativa. Como resultado, se obtuvo que es importante involucrar las habilidades sociales como materia, sin embargo, debido a la carga horaria y malla curricular este factor, se complica.

A nivel de Latinoamérica, se registra la investigación de Caballero, Contini, Lacunza, Mejail y Coronel (2018) en Argentina, con el objetivo de identificar la relación entre habilidades sociales y conducta agresiva en adolescentes escolarizados. Se aplicó la Batería de Socialización BAS3. Como resultados, se obtuvo que el factor económico influye en las habilidades sociales como el liderazgo y autocontrol. Los adolescentes con un nivel económico alto presentaron bajas puntuaciones en habilidades sociales, se muestran con retraimiento y timidez. También, se obtuvo que los adolescentes con agresividad, se percibían con menos habilidades sociales.

En Perú, Esteves y otros (2020) realizan un estudio con el objetivo de identificar las habilidades sociales en adolescentes. Se aplicó el test de Habilidades sociales del ministerio de salud, donde concluyen que las habilidades sociales son importantes para el desempeño personal. La asertividad puntuó como la habilidad más alta y la toma de decisiones puntuó a nivel medio. El desarrollarse en diferentes áreas como familiar, social o escolar, permite al adolescente desarrollar y modificar sus habilidades sociales, las cuales, son adecuadas para que sus relaciones sociales sean consideradas como apropiadas.

En el mismo país Perú, se realiza un estudio por Flores, García, Calsina y Yapuchura (2016) con el objetivo de conocer la relación entre habilidades sociales y comunicación en jóvenes estudiantes. Se aplicó una encuesta, se obtuvo como resultados que las habilidades sociales, se relacionan con la comunicación interpersonal, lo que permite a la persona destacarse en aspectos sociales y lograr ser aceptados socialmente, lo que, según los autores definen como una persona competitiva.

En Colombia, un estudio realizado por Betancourth, Zambrano, Ceballos, Benavides y Villota (2017) con el objetivo de identificar habilidades sociales en adolescentes escolarizados. Se obtuvo como resultados que hombres y mujeres presentan un nivel medio en habilidades sociales, sin embargo, en el género femenino, se encontró altos

niveles en la comunicación, lo que les facilita iniciar y mantener una comunicación y por ende mayor número de relaciones sociales.

A nivel nacional en Quito, un estudio realizado por Viracocha (2017) con el objetivo de conocer el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes escolarizados que usan dispositivos móviles. Donde, se obtuvo que los adolescentes con afectación en habilidades sociales invierten mayor parte de su tiempo al uso de dispositivos móviles, lo que ha provocado que renuncien a actividades propias de su edad como compartir tiempo de calidad con sus pares y actividades físicas como deportes.

En Guayaquil, se realizó una investigación por Barroso (2019) con el objetivo de conocer la relación entre habilidades sociales y ansiedad. Como resultados, se obtuvo que no existe estrecha relación entre las variables estudiadas, debido a que los adolescentes que presentaron déficit en habilidades sociales, también, puntuaron bajo en la escala de ansiedad. Cabe recalcar que en este estudio tan solo el 6.7% de la población presentan adecuadas habilidades sociales.

Así mismo, en Ambato, se realizó una investigación por Zumba (2017) con 30 adolescentes varones. Se administró el Inventario de Situaciones Sociales, con el objetivo de deducir si las habilidades sociales están influenciadas por la disfuncionalidad familiar. Como resultados, se obtuvo que la población presenta un déficit considerable en habilidades sociales, sin embargo, este aspecto no estuvo asociado por el tipo de familia. La población presentó puntuaciones bajas en características como expresar pensamientos de manera asertiva, iniciar conversaciones y dificultad para expresar emociones.

De acuerdo a los antecedentes investigativos, las habilidades sociales permiten a los adolescentes resolver conflictos, manejar situaciones sociales, ser empáticos y asertivos, mejorar relaciones interpersonales y ser socialmente aceptados por su entorno.

Por tanto, la presente investigación plantea la situación problemática, en observaciones no sistematizadas, se detecta que los estudiantes de la unidad educativa no han

desarrollado adecuadas habilidades sociales, en su mayoría actúan de forma agresiva, evitativa y con timidez. Lo cual, se basa en el hecho que los adolescentes presentan déficit en habilidades sociales como la asertividad, que permite expresar emociones de forma adecuada (Caballo, 2007).

Se considera que los cambios propios de la adolescencia originan complicaciones en las relaciones sociales (Redondo-Pacheco, Parra-Moreno, & Luzardo-Briceño, 2015). Dichos cambios reflejados en la forma que interactúa con sus pares, lo que promete al adolescente éxito social, también, el uso de la agresividad, lo que provoca rechazo del entorno (Caballero et al., 2018). Las habilidades sociales son consideradas como factor de protección frente algunas conductas de riesgo. Chambi y Sucari (2017) mencionan que inadecuadas habilidades sociales provoca torpeza social para mantener una conversación que influye en las disminuidas relaciones interpersonales. Frente a lo expuesto, se plantea la idea a defender una propuesta de intervención permite fortalecer las habilidades sociales de adolescentes de una Unidad Educativa, para su comprobación, se ha planteado los siguientes objetivos:

Objetivo general

Proponer un plan de intervención para fortalecer Habilidades Sociales en adolescentes de una Unidad Educativa.

Objetivos específicos

1. Fundamentar teóricamente habilidades sociales y su desarrollo.
2. Determinar las habilidades sociales que presentan déficit en los adolescentes de la unidad educativa.
3. Desarrollar un plan de intervención para fortalecer habilidades sociales en adolescentes de la unidad educativa.

Con la finalidad de alcanzar los objetivos propuestos es necesario realizar una investigación de enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo y de corte transversal en los estudiantes de octavo a tercero de bachillerato de la unidad educativa.

Este tema está debidamente justificado, se presenta la necesidad de diseñar un plan que permita fortalecer las habilidades sociales en los estudiantes adolescentes, que se muestran retraídos, tímidos o agresivos, con la finalidad de incluir en su repertorio, conductas socialmente aceptables que le permitan al mismo actuar de forma adecuada en sus relaciones interpersonales y a su vez disminuir conductas evitativas y conflictivas que dan lugar a sufrir malestar, de esta forma y a través del plan de intervención, se propone estrategias que permitan el desarrollo acorde de habilidades sociales que promuevan relaciones saludables y un adecuado desempeño social.

El proyecto de investigación es importante, en la institución educativa, se ha observado adolescentes que no presentan adecuadas habilidades sociales, que da lugar a conflictos dentro de la institución. A través de esta investigación, se determina qué tipo de habilidades sociales presentan déficit y predominio en los adolescentes. También así, es importante, su contenido contribuye con información relevante sobre las habilidades sociales y los factores de riesgos a, los cuales, están expuestos los adolescentes que presentan un déficit en las destrezas sociales.

A su vez este proyecto es útil para los estudiantes y la institución educativa, se propone estrategias que permitan a los adolescentes alcanzar logros a través de adecuadas habilidades sociales, como la asertividad, el desarrollo del liderazgo y mejorar las relaciones interpersonales de los adolescentes. De igual manera, es útil para la institución educativa, contara con un plan que le permite mejorar las relaciones entre estudiantes, y así disminuir conflictos que conlleven al uso de la agresividad, también, el desarrollo de inteligencia emocional y asertividad en la resolución de conflictos.

En este apartado, se detallan los capítulos que contiene el presente proyecto de investigación. El primer capítulo aborda el estado de arte y marco teórico, que permite desarrollar la variable de estudio a través de investigaciones previas y fundamentación teórica. El segundo capítulo, incluye la metodología de la investigación, instrumentos y técnicas para obtener información, características de la población y la propuesta de intervención para fortalecer habilidades sociales. El tercer capítulo, encierra el análisis de los resultados obtenidos y la comprobación de hipótesis en relación a los objetivos

propuestos. El cuarto capítulo, puntualiza las conclusiones y recomendación en relación a los resultados.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Habilidades sociales

A continuación, se va a contextualizar las habilidades sociales, se aborda el desarrollo social, la forma en que construye las habilidades sociales, definición de habilidades sociales, los componentes de las habilidades sociales, las características de una persona socialmente habilidosa, factores de riesgo y tratamiento de habilidades sociales.

1.1.1. Desarrollo social

Las habilidades sociales son aprendidas ya sea por experiencia, por observación, a través de sugerencias y por retroalimentación de la conducta. El aprendizaje social inicia de manera innata por medio de la observación del entorno, para que una conducta sea aprendida es necesario observarla y retener información para luego reproducirla mientras exista una motivación, estas conductas imitadas son aprendidas en diferentes ambientes como la familia, escuela, pares e incluso televisión, es así que una persona influye en otra, el sujeto observa comportamientos del modelo y luego los imita en situaciones sociales (Arriaga-Ramírez et al., 2006; Lacal, 2009)

En primer lugar, es la familia la encargada de incluir conductas en el repertorio social del infante, en este grupo, se realizan las primeras interacciones sociales, es así que los padres son los responsables de asegurar la aceptación o rechazo social, a través de herramientas que los mismos proveen, quienes a su vez, se encarga de inspeccionar, aceptar y prohibir conductas, estas correcciones, se realizan a través del afecto y diálogo, donde entra en escena los estilos de crianza, los infantes aprenden estas conductas y las reproducen en diferentes entornos (Isaza, 2018).

Las habilidades sociales son relevantes en la infancia y adolescencia, permite a la persona mejorar sus relaciones interpersonales, el adolescente con los aprendizajes previos de la infancia logra integrarse a nuevas situaciones sociales, estas experiencias sociales motivan al adolescente a actuar y hacer uso de sus habilidades sociales y adoptar comportamientos acordes si fuera necesario. Incluso en esta etapa

es importante el ambiente familiar del adolescente, el clima familiar influye en la adaptación social, si existe un ambiente familiar agresivo y hostil, esto influye en el desarrollo social del adolescente (Amezcuca, Pichardo, & Fernández, 2002; López-Mero & Pibaque-Tigua, 2018).

En base a la literatura es difícil mencionar en qué momento inician las habilidades sociales, la mayoría de autores concuerdan que las habilidades sociales aparecen en la primera infancia y estos comportamientos, se mantienen a través del reforzamiento, estas conductas favorecen el contacto social, a medida que el infante crece incorpora conductas más fabricadas en su repertorio, estas conductas ya aprendidas permiten a la persona exponerse a nuevas situaciones que considere familiares, donde utiliza conductas ya conocidas y a su vez aprender nuevas respuestas conductuales, en los adolescentes utilizan a amigos y compañeros como modelos para aprender conductas que le permitan adaptarse a una nueva situación (Kelly, 2010).

1.1.1.2. Como se construye las habilidades sociales

Las habilidades sociales, se fortalecen a través de la experiencia, si una persona posee mayor práctica en una situación social, su respuesta está basada en dicha experiencia, caso contrario, si por primera vez experimenta una situación su respuesta está basada en aspectos temperamentales y primitivos (Caballo, 2007). Es a través de esta concepción, que se comprende que el ambiente y el aprendizaje influye directamente en una conducta social.

Las personas socialmente habilidosas logran observar un mayor número de respuestas conductuales, perciben correctamente al otro y al entorno. Para que una persona desarrolle sus habilidades sociales requiere de una interacción sincrónica de las dimensiones conductuales, cognitivas y situaciones, caso contrario, si la persona no posee la capacidad de utilizar dichas dimensiones de manera adecuada es posible que la respuesta deseada, no se manifieste aunque exista la ambición de modificar la conducta, lo cual,-es reforzado por el ambiente y las experiencias fallidas, lo que conlleva al uso de conductas reforzadas y determinadas (Caballo, 2007).

Tanto la infancia como la adolescencia son períodos prioritarios para el desarrollo de las habilidades sociales, el niño desarrolla sus destrezas sociales con sus pares, a través del juego, que es un medio de aprendizaje (Guzmán, 2018). Sin embargo, los adolescentes están obligados a dejar las habilidades propias de la infancia, porque son insuficientes en la adolescencia, lo que conlleva adoptar posturas decisivas y analíticas en torno a lo social, con la finalidad de cumplir la demanda exigida por adultos (Zavala, Valadez, & Vargas, 2017).

1.1.1.3. Definición de habilidades sociales

Al hablar sobre habilidades sociales es importante comprender que estas están arraigadas a la cultura, sexo, edad y comunicación, es decir, que no existe una conducta universal que sea apropiada, por ende las conductas son rechazadas o aceptadas en base a la cultura y situación, sin embargo, una conducta exitosa está relacionada con los objetivos que desea lograr en una situación social, es así que una conducta considerada como apropiada en una situación es inválida en otra (Vived, 2011). Otra definición, señala que las habilidades sociales son un conjunto que involucra acciones, pensamientos y emociones, que promueven una acorde comunicación con otros que beneficia las relaciones interpersonales y respeta emociones y pensamientos de otros (Roca, 2014).

Algunos autores señalan que las habilidades sociales son conductas previamente aprendidas que permiten a la persona alcanzar metas a través de relaciones interpersonales, esto implica conocer la conducta habilidosa, comprender la situación a que está expuesto y hacer uso de la conducta adecuada (Kelly, 2010), se asemeja al concepto de Alberti y Emmons (2017) quienes consideran que las personas actúan bajo intereses, lo que promueve una conducta que manifiesta habilidades sociales. Sin embargo, para Caballo (2007) las habilidades sociales son el resultado de un conjunto de conductas, las cuales, se basan en la forma de percibir estímulos que origina varias respuestas, donde el sujeto escoge la adecuada.

Cabe señalar que las habilidades sociales son indispensables en la vida del ser humano, principalmente en la adolescencia, debido a los cambios sociales y psicológicos, si la persona cuenta con un adecuado repertorio de conductas desarrolla la capacidad de comprender y dominar sus emociones, lo que le permite fortalecer sus relaciones interpersonales y adaptación al entorno social (Díaz, Fuentes, & Senra, 2018; Sartori & López, 2016).

En lo anteriormente descrito, no existe una definición concreta sobre habilidades sociales, sin embargo, varios autores coinciden sobre la conducta considerada como adecuada y aceptada por su entorno.

1.1.1.4. Componentes de las habilidades sociales

A pesar de ser Salter el pionero en habilidades social, es Lazarus quien establece respuestas que permite evaluar una conducta socialmente habilidosa:

- “La capacidad de decir no.
- La capacidad de pedir favores y hacer peticiones.
- La capacidad de expresar sentimientos positivos y negativos.
- La capacidad de iniciar, mantener y terminar conversaciones” (citado en Vived, 2011, p.19).

Estas características permiten a la persona expresar sus emociones y sentimientos de una forma acorde sin generar malestar en su entorno. Sin embargo, Lazarus no es el único que aborda los diferentes tipos de respuestas o dimensiones, es así que Caballo (2007) considera que una habilidad social está desarrollada por el componente conductual, cognitivo y situacional.

En el componente conductual, son todas las conductas, que se producen a modo de respuestas, las misas que tienen alguna utilidad, involucran aspectos observables, respuestas verbales, no verbales y alternativas a la agresión (Peñañiel & Serrano, 2010). El componente cognitivo, es la conducta encubierta conformada por pensamientos, son procesos mentales que no son observables al menos que sean manifestados a través de la palabra (Caballo, 2007). El tercer componente situacional,

señala que toda conducta es expuesta en un ambiente, esto influye sobre la respuesta conductual. El contexto influye en las habilidades sociales, una persona actúa en medida a los desafíos que presente una situación, y a su vez aprende de los diferentes contextos en los que interactúa, como la escuela, familia y amigos (Rosales, Guizado, Salvatierra, Juño, & Mescua, 2020).

Las tres dimensiones mencionadas interactúan entre sí para producir una respuesta, si bien el componente situacional, no se modificada, la persona tiene la capacidad de modificar su conducta y pensamientos, con la finalidad de producir conductas que sean aceptadas a nivel social.

Componente conductual

Una vez definido de manera global los componentes que implica las habilidades sociales, es necesario abordar cada una de ellas, en primer lugar, se menciona el componente conductual que abarca aspectos como componentes no verbales, componentes paralingüísticos y componentes verbales.

Componentes no verbales

Es el primer componente de la dimensión conductual, los componentes no verbales son conductas comunicadas a través del lenguaje corporal, tiene como principal función reemplazar el uso de palabras, enfatizar un mensaje verbal y regular la interacción social (Caballo, 2007). Involucra aspectos como mirada, expresión facial, sonrisas, gestos, postura, distancia y proximidad, auto manipulaciones, asentimientos con la cabeza, orientación, movimiento de piernas, movimientos nerviosos, apariencia personal y contacto físico (Roca, 2014).

Los componentes no verbales son fácilmente manipulados por la persona si son conscientes de las mismas, el uso de estos aspectos permite a la persona mejorar su interacción interpersonal mientras que el uso no sea exagerado, caso contrario genera malestar en el entorno.

Componentes paralingüísticos

El segundo componente de la dimensión conductual, se aborda la forma de transmitir el mensaje, donde las señales vocales deforman el mensaje que es percibido de manera equivocada, existen tres aspectos que conforman este componente, la voz, perturbaciones del habla y fluidez (Caballo, 2007).

Voz

Es la primera característica de los componentes paralingüísticos, aborda cuatro aspectos según Caballo (2007). El primer aspecto el volumen, busca comunicar un mensaje audible, es importante jugar con el volumen de voz en diferentes situaciones para un entrenamiento en este aspecto. El segundo aspecto es la latencia de respuesta, es el tiempo de silencio existente entre finalizar una oración e iniciar otra por una segunda persona. El tercer aspecto, el timbre de voz, es la expansión de la voz producida por las concavidades orales y el cuarto aspecto es el tono, que es utilizado para transmitir emociones, esto provoca que el mensaje sea receptado de manera errónea, en donde el emisor envía un mensaje caluroso, sin embargo, su tono de voz denota enojo.

El adecuado uso de estas características permite a la persona desenvolverse en una interacción social, y evita momentos incómodos ocasionados por la latencia de respuesta, cabe señalar que una persona poco habilidosa requiere entrenamiento en este aspecto, con la finalidad de comunicar un mensaje claro, audible y sin carga emocional que dé lugar a confusiones.

Perturbaciones del habla

La segunda característica del componente paralingüístico, hace referencia a confusiones, incertidumbres o duplicaciones durante una conversación que afecte al ritmo de la misma, Caballo (2007) señala tres tipos de perturbaciones. La primera son los silencios, un silencio extenso es interpretado de diferentes maneras en base a la situación y el tipo de relación. La segunda perturbación son las muletillas y palabras de relleno, utilizadas en los silencios prolongados, al ser excesivo genera malestar y la tercera perturbación son las repeticiones excesivas, pronunciación incorrecta u

omisiones, esto provoca que la persona no desarrolle de forma acorde habilidades sociales comunicativas, en consecuencia, a ello la persona no mantiene relaciones interpersonales duraderas.

Las perturbaciones del habla anteriormente expuestas, ponen en manifiesto las pocas habilidades comunicativas que posee una persona, estas perturbaciones promueven el fracaso al mantener relaciones interpersonales.

Fluidez del habla

La tercera característica del componente paralingüístico hace referencia a la fluidez del habla, donde Caballo (2007) describe tres aspectos, el primero el tiempo de habla, donde los polos son considerados como déficit, lo acorde es el uso adecuado del tiempo entre los participantes con el objetivo, que se involucren todos en el dialogo, el segundo aspecto es la claridad, no todas las personas pronuncian adecuadamente las palabras, ya sea porque arrastran palabras, producen excesiva saliva o poseen una entonación recargada, el tercer aspecto es la velocidad para pronunciar las palabras, una velocidad lenta ocasiona impaciencia y una velocidad rápida no es entendible el mensaje.

Es importante que el emisor mantenga una adecuada fluidez durante el discurso, caso contrario su mensaje no es receptado de manera correcta, es importante manejar los aspectos ya descritos, los mismos favorecen al iniciar y mantener una conversación.

Componentes verbales

El tercer componente de la componente conductual, es el componente verbal, debido a que el lenguaje tiene como único fin comunicar, donde el léxico utilizado depende de la situación social y el propósito que intente alcanzar. Caballo (2007) describe elementos del habla y elementos de la conversación como aspectos que conforman este componente.

Elementos del habla

El primer aspecto del componente verbal aborda el contenido y la interpretación de las conversaciones, Cooley y Hollandsworth (como se citó en Caballo, 2007) desarrollan

tres categorías, la primera hace referencia a expresar una negación, donde la persona mantiene una postura de acuerdo o desacuerdo, por medio de la lógica refutar opiniones, por último, tiene que consentir opiniones y pensamientos de otro. La segunda es solicitar peticiones, aunque al inicio le genere incomodidad, esto le permite encontrar soluciones para inconvenientes. La tercera es manifestar emociones donde la persona no posee dificultad en expresar sus emociones.

Estos aspectos permiten a la persona desarrollar una destreza asertiva, de esta manera expresa sus opiniones y emociones sin generar malestar al entorno y principalmente evita sufrir malestar psicológico.

Conversación

La mayor vida social esta centrada en la conversación, que permite transferir información y resolver conflictos, con el fin de mantener las relaciones interpersonales, se pone en práctica habilidades sociales que involucre el lenguaje e inteligencia Caballo (2007) describe algunos elementos, que se encuentran presentes en la comunicación como feedback, interrogaciones y destrezas.

Feedback, es relevante que la persona que comunica sea retroalimentada a través de lenguaje no verbal de los oyentes, de esta forma el emisor conoce si su mensaje es entendido, genera interés o produce aburrimiento, el déficit de este elemento son los polos, es decir, poca o demasiada retroalimentación, el tiempo para la retroalimentación no genera interrupciones.

Interrogaciones, son utilizadas para sostener un dialogo, manifestar interés e intervenir en respuestas conductuales y verbales, al realizar una pregunta lo más acorde es responder, sin embargo, existen diferentes tipos de preguntas que son empleadas en relación a la situación social que experimente el sujeto, como preguntas que buscan respuestas amplias o respuestas concretas.

Destrezas, el ser humano posee varias experiencias, emociones y conocimientos, lo que es utilizado en una conversación, se destina para hablar sobre asuntos diarios, el dialogo sobre estos aspectos implica complicidad entre las personas, al iniciar una

conversación con un desconocido la información proporcionada no es significativa (Caballo, 2007).

Lo anteriormente detallado son los comportamientos que fortalecen una conducta habilidosa, sin embargo, Caballo (2007) recalca que dichos componentes son utilizados en adecuada medida y frecuencia para evitar déficit de una conducta habilidosa, por ejemplo, el contacto ocular al ser excesivo genera incomodidad en la otra persona.

Componente Cognitivo

El ser humano forma una triada entre pensamientos, emociones y acciones, es a través de sus cogniciones que la persona tiene la opción de decidir, por medio de esta capacidad el ser humano escoge permanecer o ausentarse de una situación social donde ejecuta acciones justificables desde su punto de vista, sin embargo, no todas las situaciones son percibidas de manera adecuada, este proceso activa áreas cognitivas y de consciencia que perciben un estímulo desde su historia personal (Caballo, 2007). En la adolescencia la capacidad de interactuar lleva al adolescente a modificar aspectos cognitivos debido a la propia maduración cognitiva y social de la etapa (Santana, Garcés, & García, 2018).

Este componente está conformado por dos aspectos, apreciación del ambiente y aspectos cognitivos personales según Caballo (2007).

Apreciación del ambiente

El ser humano posee la capacidad de crear y producir conversaciones en diferentes espacios físicos, como un parque, cine o auto, etc. A pesar de contar con diferentes ambientes el proceso comunicativo en cada uno de ellos es distinto, debido a que cada situación es percibida de una manera particular y única (Caballo, 2007).

La primera percepción, la formalidad, el ser humano interactúa en ambientes de formalidad e informalidad, si los mensajes son de índole personal o social la persona utiliza un canal y lenguaje informal, caso contrario, una situación laboral es percibida como formal y utiliza un lenguaje formal (Ramírez & Hugueth, 2017). La segunda percepción, la calidez, el entorno transmite calidez que favorece al bienestar

psicológico y asegura su permanencia en él, la tercera percepción, la privacidad, un ambiente cerrado y con pocas personas aumenta el nivel de privacidad en una conversación, y la cuarta percepción, la distancia física o psicológica como objetos que obstaculizan la cercanía o rechazo hacia la persona que comunica (García, 2015).

Aspectos cognitivos

La forma que posee cada individuo de evaluar una situación, depende de las integraciones concretas y no concretas del mundo exterior, estas variables cognitivas están agrupadas en cinco categorías, capacidades intelectuales, habilidades de compilación, expectación, significaciones subjetivas y autorregulación (Caballo, 2007).

La primera categoría, las capacidades intelectuales, es la habilidad que posee la persona para cambiar la información anterior y generar pensamientos nuevos que permita solucionar conflictos, es así que cada persona desarrolla la habilidad de producir conductas habilidosas y adaptativas, si una persona no posee cogniciones correctas sobre un comportamiento es entendible que su conducta no sea adecuada. La segunda categoría, habilidades de compilación, donde las personas desarrollan la capacidad de modificar sus pensamientos sobre un estímulo, por el impacto del estímulo sobre la conducta y el aprendizaje anterior, sin embargo, no todos codifican sus cogniciones de igual manera incluso con el mismo estímulo, debido a que intervienen aspectos como percepción social, capacidad de transformar información, creencias individuales, aspectos de personalidad y estructuras cognitivas.

La tercera categoría, expectación, el considerar las consecuencias de una conducta permite seleccionar la más adecuada, consiste en producir un patrón de respuestas consideradas como funcionales, han sido utilizadas en situaciones parecidas, también, existen expectativas basadas en el estímulo donde las respuestas, se fundan en la observación de conductas lo que permite aprender sobre una situación. La cuarta categoría, significaciones subjetivas, donde las conductas elegidas dependen de resultados esperados, se atribuye a la conducta un valor significativo si espera la aprobación del entorno, caso contrario no es significativo. La quinta categoría, autorregulación, se regula la conducta por los resultados, algunas personas regulan

su conducta por recompensa, la autorregulación permite a la persona elegir a qué situación exponerse.

1.1.1.5. Características de una persona socialmente habilidosa

Una persona que no logre desenvolverse adecuadamente en una situación no cuenta con un repertorio de conductas, esto provoca que el sujeto presente déficit en habilidades sociales, que se manifiesta principalmente en una conducta agresiva, pasiva e inmadurez (Peñafiel & Serrano, 2010)

- Conducta agresiva: esto implica actuar de forma que busque molestar o dañar, que es percibido por el dueño de la conducta y por el entorno, las personas con conducta agresiva responden de manera rápida a un estímulo, no poseen autocontrol, asertividad y dificultad para alejarse de situaciones problemáticas.
- Conducta pasiva: es una forma de escapar, la persona permite que sus derechos sean infligidos, tienden a aislarse o no integrarse a algún grupo, se caracteriza por presentar respuestas tardes en la conducta verbal y no verbal.
- Inmadurez: los adolescentes en esta clasificación presentan dificultad en el manejo de situaciones que conlleva estrés y presión, carece de habilidades que le permite expresar sus emociones y pensamientos sin generar malestar al entorno o así mismo.

Una persona con déficit en habilidades sociales presenta características de agresividad, retraimiento e inmadurez lo que influye significativamente en sus relaciones interpersonales. Sin embargo, Caballo (2007) propone características de las personas socialmente habilidosas que sobresalen aspectos conductuales, cognitivos y fisiológicos:

A nivel conductual, se muestran asertivas, manejan adecuadamente su lenguaje corporal que invita al dialogo, mayor uso de sonrisas, gestos y miradas, manejo correcto en el tono de voz, manejo de preguntas y mayor cantidad de amistades, mientras que las personas poco habilidosas mantienen silencios largos, posturas corporales cerradas, evitan el contacto ocular y están ansiosos.

Tabla 1.*Diferencias conductuales entre personas con alta y baja habilidad social*

<i>Personas con alta habilidad</i>	<i>Personas con baja habilidad</i>
Alta asertividad	Mayor aprobación
Uso continuo de gesticulaciones, sonrisas, variación de postura, manejo adecuado de miradas.	Evita el contacto ocular, no refleja emociones en su expresión facial, disminuye el uso de sonrisas y suele mantener la misma postura corporal.
Adecuado tono de voz, pocas perturbaciones del habla, respuestas amplias, expresión de opiniones, rechazar peticiones, autorrevelación, poca latencia en respuestas, elabora preguntas con final abierto, dialogo con adecuada cantidad de palabras	Predomina los silencios y participa por cortos tiempos en una conversación.
Interactúa activamente y posee más amigos	Ansiedad en interacciones sociales

Fuente: tomada de Caballo (2007), p100.

A nivel cognitivo la persona habilidosa reconoce sus emociones y la de otros, anticipa sus respuestas frente a situaciones desconocidas, genera expectativas sobre la conducta de otro, empáticos, mayor nivel de tolerancia ante conflictos y mantienen una visión positiva, a diferencia de las personas poco habilidosas que en este aspecto presentan ideas irracionales, desconfianza en sí, visión negativa y desfavorable de una situación, prevalece la retroalimentación negativa, dificultad para descifrar los mensajes verbales y no verbales del otro.

Tabla 2.*Diferencias cognitivas entre personas con alta y baja habilidad social*

<i>Personas con alta habilidad</i>	<i>Personas con baja habilidad</i>
Mayores expectativas sobre la conducta de otros.	Dificultad para descifrar mensajes verbales y no verbales
Mantiene la idea que su conducta tiene resultados favorables.	Consideran que su conducta tiene consecuencias perjudiciales.
Observa la situación desde varias perspectivas.	Ideas irracionales Evalúa la situación de forma poco razonable.

Mayor tolerancia frente a problemas
Auto verbalizaciones positivas

Mas conciencia sobre sí mismos.
Verbalizaciones negativas y retroalimentación
inadecuada.

Confían en sus conductas para solucionar problemas, no influye la presión del ambiente

Menos confianza sobre sí mismos.

Fuente: tomado a partir de Caballo (2007), p.104.

A nivel fisiológico, los cambios emocionales involucran cambios a nivel fisiológico, personas con ansiedad social experimentan sensibilidad en el sistema nervioso, lo que produce el aumento de la tasa cardíaca y el pulso (Roca, 2014).

1.1.1.6. Factores de riesgo

Durante la adolescencia la persona, se enfrenta a diversas situaciones, que se agravan con la presencia de factores de riesgo, conocer los factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes con déficit en habilidades sociales permite plantear estrategias frente a dichos riesgos, para evitar el deterioro de sus interacciones sociales (Sosa & Salas-Blas, 2020). Sin embargo, los factores de riesgos no aparecen de manera súbita en la adolescencia, algunos de estos factores aparecen en la infancia. Es así que algunas patologías mentales de edades tempranas persisten hasta la adultez, por la cual, las habilidades sociales son consideradas como factores de protección (Vitriol et al., 2017) . En base a esto, se describe algunos factores de riesgo que implica un déficit en habilidades sociales.

Agresividad, la agresividad posibilita solventar dificultades de modo impropio, que conlleva al adolescente la percepción de sí mismo con disminuidas habilidades sociales, si esta energía del sujeto esta internalizada, la persona experimenta sentimientos de angustia que son externalizados como agresividad, lo que promueve dificultades en las relaciones sociales (Caballero et al., 2018). En este punto esta situado el bullying, donde los adolescentes que no son víctimas presentan altos niveles de habilidades sociales, mientras que los agresores presentan déficit en conductas sociales, de esta manera las habilidades sociales son un factor de protección para evitar ser víctima, tanto la víctima como el victimario presentan déficit en habilidades

sociales (Chávez-Becerra & Aragón-Borja, 2017; Ferreira & Reyes, 2011; Mendoza & Maldonado, 2017).

Consumo de sustancias lícitas e ilícitas, son varios los aspectos que influye en el consumo de sustancias, donde sobresalen los aspectos sociales y la capacidad para enfrentarse a los mismos, por sentido de pertenencia y búsqueda de aceptación el adolescente experimenta presión por sus pares (Anguiano, Vega, Nava, & Soria, 2010) los amigos son un componente elemental en la inclusión y mantenimiento del consumo de sustancias, sin embargo, las adecuadas habilidades sociales promueven una conducta de rechazo hacia las sustancias sin afectar sus relaciones sociales (Muñoz, Sandstede, & Klimenko, 2017).

Baja autoestima, la adolescencia está caracterizada por el sentido de pertenencia, el ser aceptado o rechazado por el grupo implica poner en acción las habilidades sociales, que permita al adolescente afrontar y adaptarse. Una persona con dificultades en su autoestima tiene problemas para adaptarse o sentirse parte de un todo, caso contrario las personas con adecuada autoestima tienden a sobresalir y dominar aspectos sociales (Coleman & Hendry, 2003), los adolescentes con baja autoestima presenta menos prevalencia en conductas de riesgo (Cacho, Silva, & Yengle, 2019) a su vez investigaciones han demostrado que las habilidades sociales, se asocian con la autoestima (Caballo, Salazar, Irurtia, Olivares, & Olivares, 2014; Díaz, 2017; González, Guevara-Benítez, Vargas, Ortiz, & García, 2020)

Ansiedad social, los adolescentes que no han desarrollado adecuadas habilidades sociales como iniciar una conversación, toma de decisiones o ser asertivo, presentan mayor riesgo a experimentar ansiedad frente a situaciones sociales, a su vez, si los adolescentes desarrollan adecuadas relaciones sociales y conforman una red de apoyo, se reduce el estrés y ansiedad (Barroso, 2019).

TDAH (impulsividad), se caracteriza por la presencia de impulsividad acompañada con baja competencia social, lo que desencadena en una inadecuada socialización, la impulsividad no como síntoma del TDAH, es una forma errónea de interactuar del adolescente principalmente con sus pares (Sánchez, 2018) quienes son rechazados

por sus conductas disruptivas, lo que repercute en sus relaciones interpersonales, los mismos presentan déficit en habilidades sociales como la adaptabilidad o esperar turnos (Puentes et al., 2014)

Inicio precoz de vida sexual, en la actualidad y con la tecnología de la mano, los adolescentes enfrentan el reto de prácticas sexuales a edades tempranas (Morales, 2013), el desarrollo de habilidades sociales como la negociación, rechazo y capacidad para decir no, permite al adolescente rechazar el inicio precoz de actividades sexuales bajo presión de su pareja, debido a que en esta etapa el enamoramiento conlleva a formar relaciones de apego, que se fortalece por medio del romance, esto influye a experimentar el área sexual con su pareja (Bernal, Rivas, & Urpí, 2012; Hidalgo, Redondo, & Castellano, 2012).

Conducta infractora, los adolescentes que poseen déficit en habilidades sociales y están en situación de vulnerabilidad como pobreza o entorno desfavorable, poseen mayor tendencia a cometer algún acto delictivo, es así que adecuadas habilidades sociales contribuyen en disminuir conductas infractoras (Amaral, Maia, & Medeiros, 2015) en este punto es importante el grupo de pertenencia del adolescente, si un adolescente mantiene relaciones de amistad cercana con una persona con conducta delictiva es probable que dicho adolescente adopte esta conducta (Cardona, 2020).

Las características y síntomas anteriormente descritos son los principales factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes que no han desarrollado habilidades sociales como rechazar peticiones, iniciar y mantener una conversación y el manejo de componentes verbales y no verbales.

1.1.1.7. Tratamiento de habilidades sociales

Para iniciar el tratamiento es necesario involucrar las dimensiones conductual, personal y situacional. Existen cuatros pasos para evaluar las habilidades sociales (Caballo, 2007), el primer paso antes del tratamiento, para ello el profesional realiza un análisis sobre el déficit en habilidades sociales que presenta la persona, se evalúan las cogniciones que no dan lugar a una adecuada conducta. El segundo paso durante el tratamiento es analizar cómo, se modifica la conducta y pensamientos de la persona,

de esta manera evalúa las técnicas utilizadas y replantea estrategias en caso que el tratamiento no sea funcional. El tercer paso, consiste en evaluar el aspecto conductual de la persona y reconocer la mejoría del paciente y el último paso, el período de seguimiento, permite conocer si el paciente mantiene las conductas adoptadas durante el tratamiento y si las utiliza de manera cotidiana, lo que permite definir si el tratamiento es eficaz.

Roca (2014) propone un tratamiento a través de psicoterapia individual y grupal, con la finalidad modificar la conducta que genera malestar al sujeto, en donde el psicoterapeuta utiliza técnicas de aprendizaje estructurado, autoinforme y entrenamiento en habilidades sociales.

Aprendizaje estructurado, este modelo comprende técnicas como el modelado, ensayo conductual, retroalimentación y transferencia del adiestramiento, dichas técnicas buscan promover un entrenamiento educativo en habilidades sociales (Banguero, Álvarez-Maestre, Blanco, Ruíz, & Pérez, 2019)

Autoinforme, esta técnica permite conocer las cogniciones de la persona en torno a su conducta, a través de comparar su conducta con la conducta de otros, esto ocasiona una disonancia entre las cogniciones y acciones de la persona, es decir, el sujeto comprende que su conducta no necesariamente es la más adecuada (Caballo, 2007).

Entrenamiento en habilidades sociales, es la técnica más utilizada razón, por lo cual, existen programas destinados a diferentes poblaciones como niños y adolescentes, permite abordar el sistema de creencias de la persona que presenta dificultad para relacionarse, a su vez educa a la persona en el tono de voz que maneja al momento de comunicarse y los ensayos conductuales (García & Méndez, 2017). Este proceso, se produce en cuatro etapas, la primera, el entrenamiento en habilidades, se educa y ensaya conductas que a posterior son integradas en su repertorio, la segunda etapa, reducción de ansiedad, se logra una vez que la persona utilice una conducta adecuada en determinada situación, tercera etapa, reestructuración cognitiva, las cogniciones erróneas, se modifican a través de la exposición de la conducta socialmente aceptada,

por último, el entrenamiento en solución de problemas, se educa a la persona a percibir el su entorno antes de actuar (Caballo, 2007).

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

En el presente capítulo, se detalla el diseño metodológico que involucra el tipo y enfoque de investigación, las técnicas utilizadas para levantar información y la descripción de reactivos aplicados, la población utilizada para el estudio, procesamiento y análisis de la información, por último, la caracterización de la población que detalla los resultados obtenidos de la ficha sociodemográfica.

El estudio corresponde a una investigación aplicada, se propone un plan de intervención que permita modificar aspectos conductuales en la población, es decir, conlleva un proceso ordenado que pretende intervenir para mejorar una situación por lo que previamente, se realiza un diagnóstico a través de técnicas e instrumentos como encuestas y reactivos (Vargas, 2009).

Para realizar la investigación aplicada es necesario recolectar de manera previa información de la población a la que está destinado el plan de intervención, la recolección de información corresponde a un paradigma positivista, no experimental, cuantitativa y transversal.

La recolección de información posee un paradigma positivista, se basa en observaciones e hipótesis, que se verifica de manera cuantitativa a través de los análisis estadísticos de los resultados, busca alcanzar objetivos por medio de la medición del fenómeno investigado (Ricoy, 2006). En esta investigación, el fenómeno a cuantificar son las habilidades sociales en adolescentes.

Los resultados obtenidos previamente de diseño no experimental, no se manipula las variables de estudio, no se modifica el ambiente o aspectos que modifiquen la respuesta del participante, más bien, se basa en la observación sistemática de la variable en la población y su contexto original (Hernández, Collado, & Baptista, 2014).

La recolección de datos para el plan de intervención, se desarrolló con un enfoque cuantitativo, se basa en la recolección de datos, el análisis y la cuantificación de los mismos, que permite obtener datos organizados que conlleva a aceptar o rechazar hipótesis en relación a las variables y elaborar una interpretación de los resultados

(Sánchez, 2019) por lo tanto este proyecto espera determinar el nivel de déficit de la variable en la población.

Dichos resultados de alcance descriptivo, permite describir el fenómeno estudiado a través de preguntas, y a su vez pretende detallar características del fenómeno y de la población estudiada, a través de organizar datos obtenidos en el análisis, busca recabar información de las variables (Hernández, Collado & Baptista, 2014). Es así que, a través del proceso de análisis de la información obtenida, se puntualiza y detalla las características propias del fenómeno estudiado y como estas características están presentes en la población de estudio.

La investigación, es de corte transversal, debido a que procura estudiar un fenómeno en una población sin interferir en las características de la misma, se basa en una sola medición, es decir, que los resultados, se obtienen en una sola investigación, sin necesidad de realizar más de dos mediciones en la población (Rodríguez & Mendivelso 2018).

2.1. Técnicas e instrumentos de recolección de la información

Para la recolección de información del presente proyecto, se utilizó test psicométricos y una ficha sociodemográfica, las mismas que fueron aplicadas de manera virtual a través de la plataforma Forms, la explicación y guía de la aplicación de los reactivos, se realizó a través de Zoom.

Técnicas

Se utilizó como técnica la observación científica que permitió plantear la situación problema en los adolescentes de la unidad educativa.

Observación científica

La observación científica busca responder a una pregunta planteada en relación al fenómeno, en esta investigación, se ha utilizado una observación sistemática, la misma que permite alcanzar mayor objetividad en el proceso de investigación. Es una técnica, que se basa en observar a la población, conocer su realidad, brindar una adecuada interpretación de dicha realidad y alcanzar objetivos propuestos (Peña, 2015).

Instrumentos

Se utilizo instrumentos como la ficha sociodemográfica, consentimiento informado dirigido a los representantes de los adolescentes, el cuestionario de habilidades sociales (CHASO III) y la lista de chequeo de chequeo de habilidades sociales de Goldstein, con la finalidad de medir las habilidades sociales en la población.

- **Ficha Sociodemográfica**

A los estudiantes adolescentes, se aplicó una ficha sociodemográfica que consta de 21 preguntas, que permite recoger información sobre datos generales, familiares, académicos y económicos. Esta ficha permite obtener información general en relación a la población de una manera clara, eficaz y breve.

- **Carta de consentimiento informado**

El consentimiento informado es necesario en el presente proyecto, permite informar al representante del participante y al mismo sobre la intención de la investigación, los reactivos a utilizar, y el uso de los resultados. Así, también, se resalta el hecho, que la participación en la investigación es voluntaria y que el participante desista de la misma si así lo desea. Para Blasco (2015) el consentimiento informado rescata la autonomía y voluntad del participante o paciente, se basa en deberes éticos del investigador.

- **Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO III)**

La tercera versión del reactivo creado por Caballo, ha sido modificado y creado con la finalidad de brindar un instrumento actualizado para evaluar habilidades sociales, el cuestionario está conformado por 40 preguntas que evalúan 10 dimensiones sobre habilidades sociales (Caballo, Salazar & España, 2017).

- **Interactuar con desconocidos:** implica iniciar y mantener conversaciones con personas no conocidas, en situaciones sociales como reuniones o festejos, esta competencia permite a la persona desenvolverse con destreza frente a desconocidos.

- Expresar sentimientos positivos: la persona posee la capacidad de demostrar su apoyo y afecto, a través de caricias y abrazos en público, también, conlleva la elaboración de elogios hacia personas con vínculos afectivos.
- Afrontar críticas: la habilidad involucra la capacidad de replicar de manera asertiva una crítica considerada como injusta, expresar y defender opiniones que son diferentes a los demás.
- Interactuar con las personas que me atraen: la persona posee la capacidad de expresar su interés hacia el otro, este aspecto involucra iniciar una relación interpersonal.
- Mantener la calma en situaciones embarazosas: permite que la persona mantenga un estado de tranquilidad frente a situaciones penosas provocada por el propio sujeto o por otros, como bromas o equivocaciones.
- Hablar en público/Interactuar con superiores: la destreza permite a la persona tomar la iniciativa en reuniones con pares y superiores, no presenta dificultad al hablar con desconocidos o expresar su opinión hacia una figura de autoridad.
- Afrontar situaciones de hacer el ridículo: conlleva la habilidad de enfrentar situaciones vergonzosas y exigir explicaciones a la persona que ha provocado dicha situación, por ejemplo, aclarar rumores.
- Defender los propios derechos: implica la capacidad de exigir de manera asertiva sus derechos.
- Pedir disculpas: la habilidad permite a la persona reconocer conductas y emociones propias, que generan malestar a otros, esto significa que, la persona posee la capacidad de ofrecer disculpas.
- Rechazar peticiones: la capacidad de decir no, ante a situaciones o peticiones que producen desagrado a la persona.

Tabla 3.

Interpretación y puntaje de Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO III)

Puntaje	Interpretación
0 - 95 puntos	Bajo
96 -140 puntos	Medio
141- 200	Alto

Fuente: tomado a partir de Vargas, Jiménez y Durán (2018) p.66.

El cuestionario evalúa en una escala de 1 a 5, con frases como, muy poco característico de mí, poco característico de mí, moderadamente característico de mí, bastante característico de mí, muy característico de mí, la calificación en escala de Likert y arroja tres tipos de calificación (Caballo, Salazar & España, 2017).

Tabla 4.
Nivel de Confiabilidad de CHASO III

<i>Alfa de Cronbach</i>	<i>N de elementos</i>	
,811	10	
<i>Factores</i>	<i>Ítems</i>	<i>Alfa</i>
F1. Interactuar con desconocidos	4	,805
F2. Expresar sentimientos positivos	4	,782
F3. Afrontar críticas	4	,785
F4. Interactuar con las personas que me atraen	4	,824
F5. Mantener la calma en situaciones embarazosas	4	,809
F6. Hablar en público/Interactuar con superiores	4	,770
F7. Afrontar situaciones de hacer el ridículo	4	,799
F8. Defender los propios derechos	4	,792
F9. Pedir disculpas	4	,789
F10.Rechazar peticiones	4	,793

Fuente: Programa SPSS v 25.

El cuestionario posee una confiabilidad según el alfa de Cronbach de 0,88 (Caballo, Salazar & España, 2017). A través del programa SPSS Statistics 25, se obtiene el alfa de Cronbach general y de cada componente del Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO III), en correspondencia a la muestra del presente estudio, se obtiene una fiabilidad de 0,811.

- **Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein**

Este test fue creado por Goldstein y permite establecer los déficit y fortalezas de habilidades sociales, también, identificar que situaciones sociales exponen los componentes socialmente habilidosos. Está conformado por 50 ítems que evalúa seis áreas de habilidades (Córdova, 2018).

- Primeras habilidades sociales, conlleva aspectos como aprender a escuchar, poseen la capacidad de formular interrogantes sin generar molestias, se

mantiene activos en conversaciones y no presenta dificultad para hablar sobre sí mismo.

- Habilidades sociales avanzadas, este conjunto de habilidades involucran aspectos e indicadores para pedir ayuda lo que le permite interactuar con otros, conlleva características de compromiso, la habilidad para ofrecer ayuda a otro que lo requiera, y mostrarse como una persona amistosa y amable.
- Habilidades relacionadas con los sentimientos, implica características como comprender sentimientos propios y reconocer dichos sentimientos en otros, le permite enfrentarse a situaciones de miedo, enfado y afecto.
- Habilidades alternativas a la agresión, este grupo compromete aspectos como defender sus derechos, evitar problemas, controlar emociones y esta relacionado con la asertividad.
- Habilidades para hacer frente al estrés, es el nivel de mayor tolerancia ante el fracaso, las personas con esta habilidad logran responder ante quejas, desarrollan resiliencia y enfrentan situaciones de vergüenza.
- Habilidades de planificación, permite a la persona tomar adecuadas decisiones, plantear y alcanzar objetivos, escoger información útil y solucionar conflictos.

Tabla 5.

Interpretación y puntaje de Lista de Chequeo de Habilidades Sociales

Nivel	Puntaje	Eneatipo
Excelente	205 a 250	9
Buen	157 a 204	7-8
Normal	78 a 156	4-5-6
Bajo	26 a 77	2-3
Deficiente	0 a 25	1

Fuente: tomado a partir de Goldstein (2002) p.5.

La calificación del test varía en una escala de Likert de 1 a 5, va desde nunca, muy pocas veces, alguna vez, a menudo y siempre. El puntaje va de 50 hasta 250 puntos. Los resultados obtenidos, se valoran como deficiente, bajo nivel, normal nivel, alto nivel y excelente nivel (Daza, 2017)

Tabla 6.*Nivel de Confiabilidad de Lista de Chequeo de Habilidades Sociales*

Alfa de Cronbach		N de elementos
,918		6
Factores	Ítems	Alfa
G1. Primeras habilidades sociales	8	,908
G2. Habilidades sociales avanzadas	6	,911
G3. Habilidades relacionadas con los sentimientos	7	,904
G4. Habilidades alternativas a la agresión	9	,894
G5. Habilidades para hacer frente a estrés	12	,907
G6. Habilidades de planificación	8	,903

Fuente: Programa SPSS v 25.

Este test posee una validez de Alpha de Cronbach de 0.913 (Flores, 2020) en el presente estudio, se realiza el Alpha de Cronbach general y de áreas que conforman el test, se obtiene una fiabilidad y validez de 0,91. El test está conformado por seis subcategorías que a permiten evaluar diferentes habilidades sociales, el presente estudio aborda la Alpha de Cronbach de cada categoría, que se detalla en la siguiente tabla.

2.2. Procesamiento y análisis de la información

El presente proyecto arranca desde una revisión teórica y bibliográfica, a través de principales fuentes de información como libros, artículos científicos y tesis. Posterior y en base a la revisión bibliográfica, se establece los instrumentos de evaluación a aplicar a la población de estudio. Se socializa el propósito de la investigación con la autoridad de la unidad educativa, con la finalidad de acceder a la población, se elabora el cronograma de aplicación de reactivos previamente elaborados en la plataforma Forms, se establece el número de participantes de la investigación, se considera la variable de edad, debido a que los test no están dirigidos a una población infantil.

Se realizó una prueba piloto con 5 adolescentes, se les aplicó los instrumentos de evaluación, con la finalidad de obtener la validez de los reactivos, donde, se obtuvo una fiabilidad de ,93 según el alfa de Cronbach para la Lista de Chequeo de habilidades sociales, y una fiabilidad de ,91 según el alfa de Cronbach para el Cuestionario de Habilidades Sociales.

La recolección de datos, se realizó vía online, debido a la crisis sanitaria generada por el COVID-19 y en base a las medidas del COE Nacional, los estudiantes están en modalidad virtual. Con lo anteriormente expuesto, y en articulación con la profesional DECE de la institución, se realiza una reunión vía Zoom con los estudiantes según su curso, se expone a los adolescentes la finalidad de la investigación, se socializa el asentimiento informado, de manera continua, se comparte el link de los instrumentos. Se establece instrucciones generales y una guía verbal en cada ítem. De esta manera, se aplicó la ficha sociodemográfica, en primer lugar, seguido por el Cuestionario de habilidades sociales (CHASO III) y la Lista de chequeo de habilidades sociales.

Posterior a la evaluación, se realizó la depuración de la tabla descargada de Forms con la finalidad de contar con una base de datos adecuada para su análisis, en este punto fue necesario reemplazar los datos por valores cuantitativos, que requiere el programa SPSS Statistics 25. En el programa, se realizó la calificación de los reactivos aplicados de forma global y por dimensiones, para obtener los análisis descriptivos y frecuencias de los datos obtenidos.

Al ser una investigación de alcance descriptivo, se procedió a describir los datos obtenidos y corroborarlos con resultados de otras investigaciones. En base a los resultados obtenidos, se estableció las conclusiones y recomendaciones de la investigación, las mismas que son fuente de estudio para futuras investigaciones.

2.3. Participantes y características sociodemográficas

En el presente apartado, se describe las características de los participantes seleccionados, los criterios de inclusión y exclusión, y descripción de datos sociodemográficos.

Población

En cuanto a la población de estudio, la misma está conformada por 200 estudiantes adolescentes masculinos y femeninos, legalmente matriculados en la unidad educativa que cursan octavo año de EBG hasta tercero de bachillerato de BGU, en edades comprendidas entre 12 a 18 años. La población fue seleccionada a través de

observaciones sistemáticas, se pudo percibir que los y las adolescentes, se muestran retraídos, tímidos y agresivos, características que influyen en el desarrollo de las relaciones interpersonales.

Criterios de Inclusión:

- Estudiantes legalmente matriculados en la Unidad Educativa.
- Estudiantes en edades comprendidas entre 12 a 18 años.
- Estudiantes cuyos representantes hayan aceptado el consentimiento informado.
- Estudiantes de género masculino y femenino.
- Estudiantes de diferentes etnias.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes no matriculados legalmente en la Unidad Educativa.
- Estudiantes en edades comprendidas entre 6 a 11 años.
- Estudiantes cuyos representantes no hayan aceptado el asentimiento informado.

2.3.1. Caracterización de la población

La caracterización de la población, se basa en los datos obtenidos y analizados de aspectos sociodemográficos, que se centran en cinco variables, en primer lugar, aspectos generales como etnia y edad. Segundo, datos en torno al área familiar. Tercero, datos académicos como el curso. El cuarto aspecto en torno a la salud mental y último, aspectos económicos. Estos datos permiten conocer a la población de estudio en relación a variables personales y conocer en qué nivel o porcentaje estas características representan a la población.

La población está conformada por 200 adolescentes estudiantes hombres y mujeres, quienes cursan octavo año EBG hasta tercero BGU, con edades comprendidas entre 12 a 18 años.

Las características sociodemográficas de la población de estudio, se ha distribuido en diferentes tablas en relación a las áreas abordadas, dichas tablas están conformadas por variables cualitativas, representadas por la frecuencia (f) y su representación en porcentaje (%), mientras que las variables cuantitativas están representadas con el mínimo (*Mín*), la máxima (*Máx*), la media (*X*) y desviación típica (*DT*).

Tabla 7.

Tabla Análisis estadísticos de variables personales

VARIABLES	(f)	(%)		
Género				
Femenino	151	75.5%		
Masculino	49	24.5%		
Estado Civil				
Soltero/a	199	99.5%		
Unión Libre	1	0.5%		
Identificación étnica				
Mestizo	188	94%		
Blanco	10	5%		
Afroecuatoriano	1	0.5%		
Indígena	1	0.5%		
Identificación religiosa				
Católico	153	76.5%		
Cristiano/Evangélico	19	9.5%		
Otra identificación	17	8.5%		
Ateo	7	3.5%		
Testigo de Jehová	3	1.5%		
Mormón	1	0.5%		
	Mín.	Máx.	X	DT
Edad	12	18	13.8	1.30
			9	

Nota: 200 observaciones.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En base a la tabla, se observa datos en relación a aspectos personales, en cuanto a la variable edad una $X = 13.89$ y $DT = 1.30$ la investigación estuvo comprendida en edades entre 12 y 18 años, el estudio realizado por Viracocha, señala que el 3% de la población está en un rango de edad de 14 años y el 9% en 18 años (2017). En cuanto al género, el 75.5% está representado por el género femenino y el 24.5% género masculino, datos similares a la investigación en Lima donde el 52.1% de la población estuvo representada por el género femenino y el 47% por el género masculino (Jaimes, Cruz, Vega, Balladares, & Matha, 2019).

En relación a la variable de estado civil el 99.5% soltero y el 0.5% en unión libre. En cuanto a la identificación étnica, el 94% autoidentificado como mestizo, el 5% blanco, el 0.5% afroecuatoriano y el 0.5% indígena. En relación al aspecto de identificación religiosa los adolescentes puntuaron el 76.5% católico, el 9.5% cristiano/evangélico, el 8.5% señaló otra identificación religiosa, el 3.5% ateo, el 1.5% testigo de Jehová y el 0.5% mormón.

Tabla 8.
Análisis estadísticos de variables de vivienda

VARIABLES	(f)	(%)
Ciudad de Procedencia		
Ambato	177	88.5%
Quito	12	6%
USA	5	2.5%
España	3	1.5%
Cuenca	1	0.5%
Venezuela	1	0.5%
Guaranda	1	0.5%
Ciudad de Residencia		
Ambato	198	99%
Guayaquil	1	0.5%
Macas	1	0.5%
Sector		
Urbano	162	81%
Rural	38	19%

Nota: 200 observaciones.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En relación a la variable vivienda, se analiza tres aspectos, en primer lugar, la ciudad de procedencia, el 88.5% proviene de la ciudad de Ambato, el 6% de Quito, el 2.5% de USA, el 1.5% de España, el 0.5% de Cuenca, el 0.5% de Guaranda y el 0.5% de Venezuela. De esta población el 99% reside en la ciudad de Ambato, el 0.5% en la ciudad de Guayaquil y el 0.5% en la ciudad de Macas. En relación al sector de vivienda el 81% esta domiciliado en el sector urbano, mientras que el 19% indicó vivir en el sector rural. Una investigación en Argentina el 30% pertenece al sector rural y el 70% al urbano (Contini, Betina, & Esterkind, 2013).

Tabla 9.*Análisis estadísticos de variables de salud*

Variables	(f)	(%)
¿Posee algún problema psicológico?		
No	194	97%
Si	6	3%
¿Cuál?		
TDAH	5	2.5%
Síndrome de Asperger	1	0.5%
¿Ha sido diagnosticado por un profesional?		
Sí	3	1.5%
No	3	1.5%

Nota: 200 observaciones.

Fuente: *Elaboración propia, 2021.*

En relación al estado de salud mental, el 97% de la población indicó no poseer ningún problema psicológico y el 3% señaló sí poseer un problema psicológico, lo cual, el 2,5% corresponde a TDAH y el 0.5% al síndrome de Asperger, sin embargo, de este 3% tan solo el 1.5% señaló haber sido diagnosticado por un profesional en salud mental.

Tabla 10.*Análisis estadísticos de variables familiares*

Variables	(f)	(%)
Tipo de familia		
Familia biparental	121	60.5%
Familia monoparental	40	20.5%
Familia extensa	30	15%
Familia reconstituida	6	3%
Familia adoptiva	2	1%
¿Con quién vive?		
Padres	178	89%
Representante Legal	18	9%
Otros (Abuelos)	4	2%

Nota: 200 observaciones.

Fuente: *Elaboración propia, 2021.*

En cuanto a la variable de familia, se observa en la tabla, que en relación al tipo de familia que proviene el 60.5% indicó una familia biparental, el 20.5% familia monoparental, el 15% familia extensa, el 3% familia reconstituida y el 1% familia. Así,

también, el 89% de adolescentes indicó vivir actualmente con sus padres, el 9% señaló vivir con representantes legales y el 2% actualmente vive con sus abuelos. Una investigación realizada en Perú indica un valor de 0.62 en familia monoparental, 0.42 nuclear, 0.49 extensa, 0.68 compuesta y el 0.59 sin núcleo conyugal (Pizarro & Salazar, 2019).

Tabla 11.

Análisis estadísticos de variables socioeconómica familiar, académica y laboral

Variabes	(f)	(%)
Economía familiar		
Buena	102	51%
Regular	78	39%
Muy buena	17	8.5%
Mala	3	1.5%
Curso		
Octavo	33	16.5%
Noveno	31	15.5%
Décimo	36	18%
Primero de Bachillerato	32	16%
Segundo de Bachillerato	33	16.5%
Tercero de Bachillerato	35	17.5%
Rendimiento académico		
Excelente	112	56%
Muy buena	77	38.5%
Buena	11	5.5%
Situación económica		
Estudia y no trabaja	189	94.5%
Estudia y trabaja	11	5.5%
¿Cuántas horas a la semana?		
1-3 horas	5	2.5%
4-6 horas	2	1%
Más de 6 horas	4	2%

Nota: 200 observaciones.

Fuente: Elaboración propia, 2021.

Con respecto a la economía familiar, el 51% señaló una economía buena, el 39% regular, el 8.5% muy buena y el 1.5% mala, una investigación en Argentina donde el 68.5% posee un nivel socio económico bajo y el 31.4% un nivel socioeconómico alto (Coronel, Levin, & Mejail, 2011). En relación al aspecto académico, el 16.5% pertenece a octavo curso, el 15.5% noveno curso, el 18% décimo, el 16% primero de bachillerato, el 16.5% segundo de bachillerato y el 17.5% tercero de bachillerato, una investigación

en Perú contó con 58 adolescentes que cursan primero, 50 segundo, 47 tercero, 51 cuarto y 45 en quinto (Esteves et al., 2020).

De esta población, el 56% ubicó su rendimiento como excelente, seguido por el 38.5% muy buena y el 5.5 como buena, en una investigación con adolescentes 145 de ellos señalaron su rendimiento excelente, 37 como muy buena y 183 como buena (Núñez, Hernández, Jerez, Rivera, & Núñez, 2018). En relación a la situación económica del adolescente, el 94.5% señaló estudiar y no trabajar, mientras el 5.5% indicó estudiar y trabajar al mismo tiempo, de esta población el 2.5% indicó dedicar a la actividad laboral entre 1 y 3 horas a la semana, el 1% entre 4 y 6 horas mientras que el 2% más de seis horas a la semana.

CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

El presente proyecto de investigación busca identificar cuáles son los principales factores con déficit en habilidades sociales en 200 estudiantes adolescentes de una Unidad Educativa de Octavo EBG hasta Tercero BGU. Por lo cual, se procede a los análisis del Cuestionario de Habilidades Sociales de Caballo (CHASO III) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, que se detalla en el presente capítulo.

3.1. Análisis descriptivos de reactivos psicológicos

En el presente apartado, se realiza los análisis descriptivos del cuestionario de habilidades sociales CHASO III y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein, se consideran las variables cuantitativas de cada reactivo.

3.1.1. Cuestionario de Habilidades Sociales CHASO III

En base a los resultados obtenidos del cuestionario, se realiza el análisis descriptivo del mismo y sus dimensiones. En donde las variables cuantitativas, son representas con el mínimo (*Mín*), máximo (*Máx*), media (\bar{X}) y Desviación Típica (*DT*).

Tabla 12.
Análisis Descriptivo de CHASO III

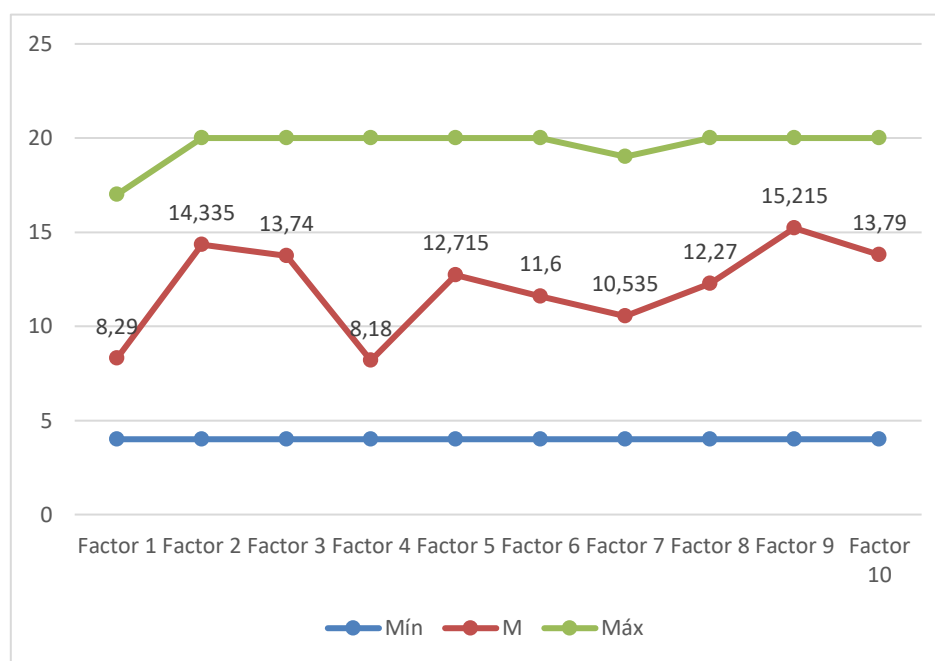
Subescalas	N	Mín	Máx	\bar{X}	DT
Interactuar con desconocidos	200	4.00	17.00	8.29	3.45
Expresar sentimientos positivos	200	4.00	20.00	14.33	4.13
Afrontar críticas	200	4.00	20.00	13.74	3.81
Interactuar con las personas que me atraen	200	4.00	20.00	8.18	4.46
Mantener la calma ante críticas	200	4.00	20.00	12.71	3.64
Hablar en público/Interactuar con superiores	200	4.00	20.00	11.60	4.08
Afrontar situaciones de hacer el ridículo	200	4.00	20.00	10.53	3.42
Defender los propios derechos	200	4.00	20.00	12.27	3.64
Pedir disculpas	200	4.00	20.00	15.21	3.86
Rechazar peticiones	200	4.00	20.00	13.79	3.52

Fuente: Programa SPSS v 25.

La tabla abarca las diez dimensiones o subescalas que conforman el cuestionario, los mismos que permiten identificar qué características interactúan en las relaciones interpersonales de los adolescentes estudiantes.

En relación al factor, interactuar con desconocidos, se encontró $X = 8.29$ y $DT = 3.45$, en cuanto al segundo factor, expresar sentimientos positivos, se obtuvo $X = 14.33$ y $DT = 4.13$, el tercer factor, afrontar críticas, se encontró $X = 13.74$ y $DT = 3.81$, el cuarto factor, interactuar con las personas que me atraen, se encontró una $X = 8.18$ y $DT = 4.46$, el quinto factor, mantener la calma ante críticas, se encontró $X = 12.71$ y $DT = 3.64$, el sexto factor, hablar en público, se obtuvo $X = 11,60$ y $DT = 4.08$, el séptimo factor, afrontar situaciones de hacer el ridículo, se obtuvo $X = 10.53$ y $DT = 3.43$, el octavo factor, defender los propios derechos, presentó $X = 12.27$ y $DT = 3.64$, el noveno factor, pedir disculpas, se encontró $X = 15.21$ y $DT = 3.86$ y el décimo factor, rechazar peticiones, se obtuvo $X = 13.79$ y $DT = 3.52$.

Estos resultados son semejantes a una investigación realizada en Colombia donde el primer factor obtuvo ($X = 13.87$, $DT = 3.97$), en cuanto al tercer factor ($X = 13.06$, $DT = 3.77$), en relación al quinto factor ($X = 12.13$, $DT = 3.54$), en el sexto factor ($X = 11.06$, $DT = 3.20$), en cuanto al séptimo factor posee resultados ($X = 10.37$, $DT = 3.56$), en el octavo factor ($X = 12.08$, $DT = 3.93$) según Londoño y Henao (2019). En cuanto al décimo factor existen resultados similares de una investigación, que presentó temor en rechazar peticiones (Blanco, Blanco, Ovallos & Carrillo, 2018).

Figura 1*Análisis Descriptivo de CHASO III*

Fuente: Programa SPSS v 25.

La figura 1 muestra los diez factores que conforman el Cuestionario de Habilidades Sociales CHASO III. En la población compuesta por 200 adolescentes, resalta el nivel medio, lo que implica que los adolescentes cuentan con habilidades sociales que le permite interactuar con otros, sin embargo, es necesario que estas habilidades sean fortalecidas para alcanzar un nivel alto. En base al gráfico, se aprecia déficit en habilidades como de interactuar con desconocidos, interactuar con las personas que me atraen y afrontar situaciones de hacer el ridículo.

Lo que conlleva que los adolescentes presentan dificultad en cuanto a mantener e iniciar conversaciones, ya sea en una reunión o situaciones íntimas como relaciones de pareja, sin embargo, esto no implica dificultad para iniciar relaciones de amistad. De igual manera, se observa que dicha población posee bajas habilidades para afrontar situaciones de hacer el ridículo, esto implica que no han desarrollado habilidades para actuar en situaciones embarazosas, también, el temor para aclarar rumores o situaciones penosas (Caballo, Salazar & España, 2017).

Tabla 13.*Frecuencia y niveles de habilidades sociales de CHASO III*

Cuestionario de Habilidades Sociales	Nivel	F	%
Resultados Globales	Bajo	26	13.0
	Medio	129	64.5
	Alto	45	22.5
SubEscala			
Interactuar con desconocidos	Bajo	136	68.0
	Medio	57	28.5
	Alto	7	3.5
Expresar sentimientos positivos	Bajo	26	13.0
	Medio	93	46.5
	Alto	81	40.5
Afrontar críticas	Bajo	27	13.5
	Medio	100	50.0
	Alto	73	36.5
Interactuar con las personas que me atraen	Bajo	132	66.0
	Medio	50	25.0
	Alto	18	9.0
Mantener la calma ante críticas	Bajo	32	16.0
	Medio	119	59.5
	Alto	49	24.5
Hablar en público/Interactuar con superiores	Bajo	67	33.5
	Medio	95	47.5
	Alto	38	19.0
Afrontar situaciones de hacer el ridículo	Bajo	60	30.0
	Medio	109	54.5
	Alto	31	15.5
Defender los propios derechos	Bajo	43	21.5
	Medio	113	56.5
	Alto	44	22.0
Pedir disculpas	Bajo	18	9.0
	Medio	77	38.5
	Alto	105	52.5
Rechazar peticiones	Bajo	19	9.5
	Medio	112	56.0
	Alto	69	34.5

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En base a la tabla, se aprecia que el 64.5% de adolescentes, se encuentran en el nivel medio de habilidades sociales, el 22.5% puntúa el nivel alto, y el 13% presenta un nivel bajo en habilidades sociales. Resultados similares a investigaciones como la realizada en Perú donde predomina el nivel medio con 27.9% (Esteves et al., 2020). Otro estudio

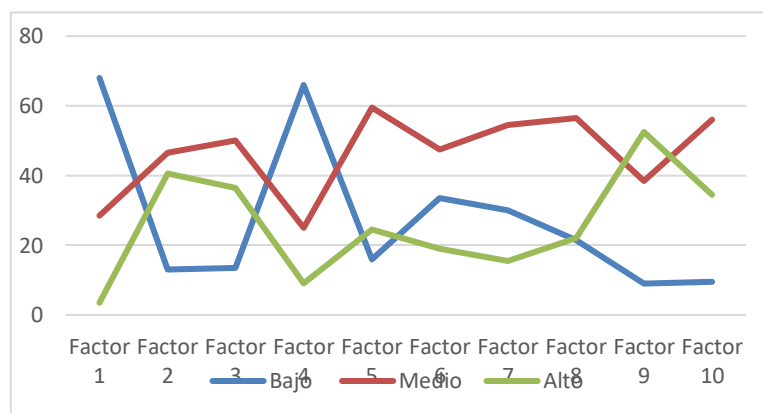
en España sobresale el nivel medio con $X = 125.14$ (Caballo et al., 2018). Un estudio en Perú obtuvo el nivel medio con 63.3% mientras que el nivel bajo y alto presentan igual nivel (Sipi3n, 2020).

En el factor interactuar con desconocidos, ning3n adolescente puntu3 al to, el 18.5% nivel medio y el 81.5% nivel bajo, el segundo factor el 40% puntu3 al to, el 47% nivel medio y el 13% nivel bajo, el tercer factor puntu3 el 35.5% nivel alto, el 51% nivel medio y el 13.5% nivel bajo, el cuarto factor, interactuar con desconocidos que me atraen, el 10% en nivel alto, el 24.5% nivel medio y el 65.5% nivel bajo, el quinto factor, mantener la calma ante cr3ticas, obtuvo el 25% nivel alto, el 60.5% nivel medio y el 14.5% nivel bajo, el factor hablar en p3blico/interactuar con superiores, el 19% nivel alto, el 47.5% nivel medio y el 33.5% nivel bajo, en el s3ptimo factor el 7% nivel alto, el 56% nivel medio y el 37% nivel bajo, el octavo factor, el 21.5% nivel alto, el 57% nivel medio y el 21.5% nivel bajo, el factor pedir disculpas, el 51.5% puntu3 nivel alto, el 39.5% nivel medio y el 9% nivel bajo, el d3cimo factor, se encontr3 el 34% nivel alto, el 56.5% nivel medio y el 9.5% nivel bajo.

Estos resultados son similares a una investigaci3n en Per3 donde el segundo factor puntu3 con 51% en nivel medio, el tercer factor resalta el nivel medio con 49%, el quinto, sexto, s3ptimo, en el octavo factor el 45% est3 representado por el nivel medio, en el d3cimo factor sobresali3 el nivel medio (Osorio, 2019; Sipi3n, 2020)

Figura 2

Frecuencia y niveles de habilidades sociales de CHASO III



Fuente: Elaboraci3n propia, 2021.

En relación a la figura 2, la población presenta bajas habilidades principalmente en interactuar con desconocidos, interactuar con las personas que me atraen y afrontar situaciones de hacer el ridículo, las características en déficit de las habilidades mencionadas son según Caballo, Salazar y España (2017):

Interactuar con desconocidos, los adolescentes no poseen la destreza de iniciar y mantener un dialogo con una persona desconocida, sea su par o un adulto. Lo que implica que el adolescente no logra desenvolverse en situaciones sociales como reuniones o festejos, que conlleva relacionarse con otras personas.

Interactuar con las personas que me atraen, el adolescente desarrolla relaciones sociales con personas de su género, esta habilidad presenta dificultad al tratarse de personas que son percibidas como atractivas, lo que refleja dificultad para mostrar interés en otra persona y complicación en relaciones interpersonales afectivas.

Afrontar situaciones de hacer el ridículo, implica que la persona desconoce cómo manejar situaciones vergonzosas y exigir explicaciones o respeto de manera asertiva.

3.1.2. Lista de chequeo de habilidades sociales

En base a los resultados obtenidos del cuestionario, se realiza el análisis descriptivo del mismo y sus dimensiones, donde las variables cuantitativas, son representadas con el mínimo (*Mín*), máximo (*Máx*), media (*X*) y desviación típica (*DT*).

Tabla 14.

Análisis Descriptivo de La lista de chequeo de habilidades sociales

<i>Subescalas</i>	<i>N</i>	<i>Mín</i>	<i>Máx</i>	<i>X</i>	<i>DT</i>
Primeras habilidades sociales	200	10.00	40.00	28.35	5.71
Habilidades sociales avanzadas	200	6.00	30.00	21.41	4.54
Habilidades relacionadas con los sentimientos	200	7.00	34.00	23.76	5.55
Habilidades alternativas a la agresión	200	11.00	45.00	33.91	6.13
Habilidades para hacer frente al estrés	200	15.00	60.00	42.82	8.91
Habilidades de planificación	200	12.00	40.00	30.16	6.33

Fuente: Programa SPSS v 25.

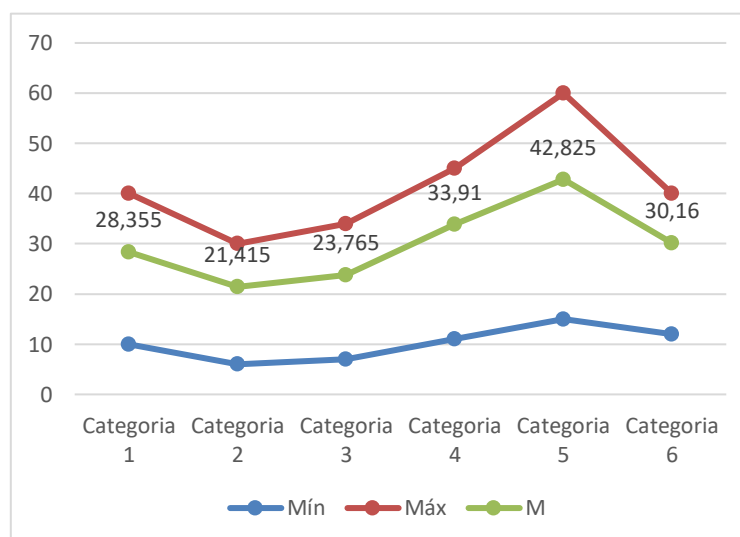
La tabla anterior abarca las seis áreas que conforman el test de Goldstein, a través de la tabla, se identifica qué habilidades sociales son las más usadas y puestas en escena en contextos de relaciones interpersonales de los adolescentes estudiantes, se encuentran puntuaciones de mínimo, máximo y la media.

En relación a la primera categoría, primeras habilidades sociales, se encontró $X = 28.35$ y $DT = 5.71$, la segunda categoría, habilidades sociales avanzadas $X = 21.41$ y $DT = 4.54$, la tercera categoría, habilidades relacionadas con los sentimientos obtuvo $X = 23.76$ y $DT = 5.55$, la cuarta categoría, habilidades alternativas a la agresión presenta $X = 33.91$ y $DT = 6.13$, la quinta categoría, habilidades para hacer frente al estrés $X = 42.82$ y $DT = 8.91$, en cuanto a la sexta categoría, habilidades de planificación $X = 30.16$ y $DT = 6.33$.

Estos resultados, se asemejan a investigaciones realizadas en Perú en donde el primer factor ($X = 29.33$, $DT = 4.36$), en la segunda categoría ($X = 20.78$, $DT = 4.56$), en la cuarta categoría ($X = 34.46$, $DT = 5.97$) la quinta y sexta categoría los resultados son parecidos (Acevedo & Reyes, 2018; C. García, 2005; Sosa & Salas-Blas, 2020).

Figura 3

Análisis Descriptivo de La lista de chequeo de habilidades sociales



Fuente: Programa SPSS v 25.

La figura 3 muestra las seis categorías que conforman la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales. En la población sobresale el nivel medio, sin embargo, existe déficit en aspectos como habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos y habilidades para hacer frente al estrés.

Lo que implica que los adolescentes no han desarrollado destrezas que le permita involucrarse en relaciones interpersonales y usen componentes no verbales como sonrisas y miradas. Se relaciona con el hecho de no desarrollar empatía, porque no reconocen sus propios sentimientos o no los expresan de manera adecuada con el fin que no genere malestar al entorno. Por último, presentan bajos niveles de tolerancia hacia la frustración lo que conlleva a un inadecuado desempeño social frente a situaciones de estrés, lo mismo que influye a la toma de decisiones menos acordes (Flores, 2020).

Tabla 15.

Frecuencia y niveles de habilidades sociales de Lista de Chequeo

	<i>Nivel</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
Resultados Globales	Deficiente	0	0
	Bajo	45	22.5
	Normal	155	77.5
	Bueno	0	0
	Excelente	0	0
Categorías			
Primeras habilidades sociales	Deficiente	5	2.5
	Bajo	30	15.0
	Normal	102	51.0
	Bueno	61	30.5
	Excelente	2	1.0
Habilidades sociales avanzadas	Deficiente	7	3.5
	Bajo	28	14.0
	Normal	95	47.5
	Buen	64	32.0
	Excelente	6	3.0
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Deficiente	9	4.5
	Bajo	47	23.5
	Normal	89	44.5
	Buen	49	24.5
	Excelente	6	3.0
Habilidades alternativas a la agresión	Deficiente	3	1.5
	Bajo	20	10.0

	Normal	85	42.5
	Buen	82	41.0
	Excelente	10	5.0
Habilidades para hacer frente al estrés	Deficiente	5	2.5
	Bajo	32	16.0
	Normal	92	46.0
	Buen	68	34.0
	Excelente	3	1.5
Habilidades de planificación	Deficiente	2	1.0
	Bajo	25	12.5
	Normal	79	39.5
	Buen	76	38.0
	Excelente	18	9.0

Fuente: Elaboración propia, 2021.

En base a la tabla, se aprecia que el 77.5% está ubicado en el nivel medio y el 22.5% nivel bajo en habilidades sociales. Resultados similares a la investigación realizada en Perú donde el nivel puntúo con 65.9% (García, 2005) de igual manera, la investigación con adolescentes donde predomina el nivel medio con el 50% (Baquerizo, Geraldo, & Marca, 2016).

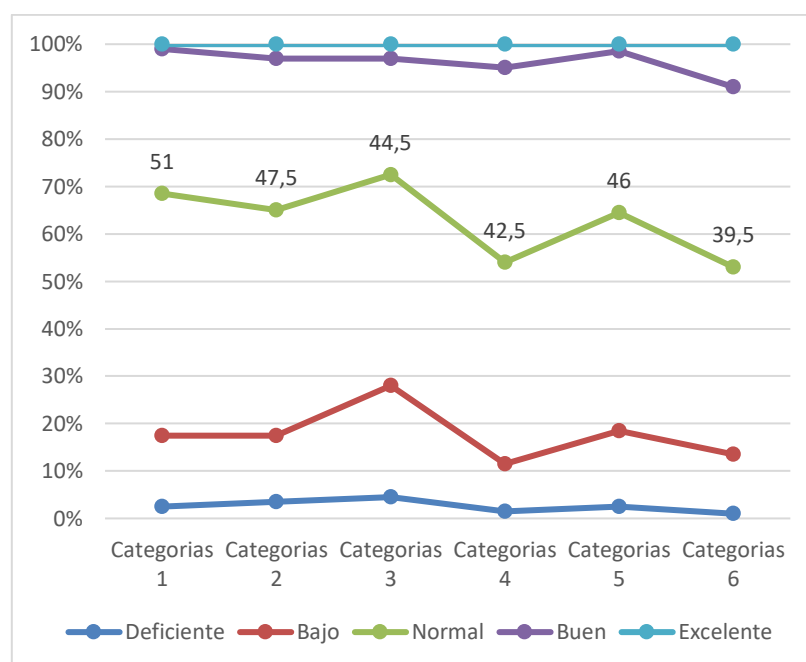
La primera categoría, primeras habilidades sociales, se encontró el 2.5% nivel deficiente, el 2.5% nivel bajo, el 51% nivel normal, el 30.5% nivel bueno y el 1% excelente. Resultados similares a una realizada con adolescente donde sobresale el nivel medio (Blanco & CCorahua, 2019). La segunda categoría, habilidades sociales avanzadas obtuvo el 3.5% nivel deficiente, el 14% nivel bajo, el 47.5% nivel normal, el 32% nivel bueno y el 3% excelente, datos semejantes a una investigación con adolescentes (Baquerizo, Geraldo, & Marca, 2016). La tercera categoría, habilidades relacionadas con los sentimientos el 4.5% nivel deficiente, el 23.5% nivel bajo, el 44.5% nivel normal, el 24.5% nivel bueno y el 3% excelente, destaca el nivel medio. Resultados similares a una investigación con adolescentes donde el nivel medio puntuó con 41.7% (Iman, 2019).

La cuarta categoría, habilidades alternativas a la agresión, se obtuvo el 1.5% nivel deficiente, el 10% nivel bajo, el 42.5% nivel normal, el 42% nivel bueno y el 5%

excelente, prevalece el nivel medio. La quinta categoría, habilidades para hacer frente al estrés el 2.5% nivel deficiente, el 16% nivel bajo, el 46% nivel normal, el 34% nivel bueno y el 1.5% excelente, datos similares a una investigación con adolescente donde el nivel medio puntuó con 35,1% (Ayuque & Enriquez, 2020). La sexta categoría, habilidades de planificación, el 1% nivel deficiente, el 12.5% nivel bajo, el 39.5% nivel normal, el 38% nivel bueno y el 9% excelente, datos similares a una investigación en Perú donde destaca el nivel medio con 36.6% (Domínguez & Ybañez 2016).

Figura 4

Frecuencias y niveles de habilidades sociales



Fuente: Elaboración propia, 2021.

En relación a la figura, se aprecia que la población presenta bajas puntuaciones principalmente en habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos y habilidades para hacer frente al estrés, se describen las siguientes características según Flores (2020):

Habilidades sociales avanzadas, esta habilidad involucra características como compromiso, la capacidad para ofrecer ayuda a otro que lo requiera, y mostrarse como una persona amistosa y amable. Al presentar baja puntuación en esta categoría los adolescentes no logran desarrollar relaciones interpersonales que conlleve aspectos de cooperación y ayuda a su par, lo que no le permite desarrollar lazos afectivos.

Habilidades relacionadas con los sentimientos, conlleva la capacidad de reconocer sus propios sentimientos, lo que permite que la persona posea una estabilidad emocional. El déficit en esta categoría implica que el adolescente no expresa de manera adecuada sus emociones, no logra reconocerlas en él y en otros, presentan la incapacidad de manifestar afecto y emociones negativas como la tristeza y miedo.

Habilidades para hacer frente al estrés, implica que los adolescentes no cuentan con las destrezas para resolver conflictos en situaciones de estrés. Esto por el hecho que los adolescentes son presionados en situaciones sociales y no han desarrollado la habilidad para expresar su malestar o queja de manera asertiva, atender a peticiones de otros y enfrentarse a situaciones que implique defender derechos. Esto influye en la toma de decisiones inadecuadas motivadas por el estrés. La fortaleza en esta habilidad permite al adolescente alcanzar madurez en sus decisiones y desarrollar resiliencia.

3.2. Diseño de plan de intervención

En este punto, se expone un diseño del plan de intervención con enfoque cognitivo conductual para fortalecer habilidades sociales en adolescentes de la Unidad Educativa. El plan está basado en los resultados obtenidos del Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO III) y La lista de chequeo de habilidades sociales. La finalidad principal de la elaboración del plan es proveer de estrategias a adolescentes estudiantes que les permita mejorar sus relaciones interpersonales y mejorar características individuales.

A partir de la corriente cognitivo conductual, se considera que las habilidades sociales están ligadas a la cultura, edad y educación, por ende no existe una conducta universal que sea considerada como apropiada, debido a que el comportamiento de un sujeto

depende de la situación social (Caballo, 2007), es un conjunto de conductas (Betancourth, Zambrano, Ceballos, Benavides, & Villota, 2017) que permiten desarrollar relaciones satisfactorias (Flores, García, Calsina, & Yapuchura, 2016) lo mismo que influye en el desarrollo de sus destrezas y competencia emocional, se requieren de ciertas capacidades para interactuar en el entorno (Dávila, 2018).

Justificación

A raíz de las evaluaciones realizadas y mediante las aplicaciones de los reactivos, se observa que los adolescentes poseen un nivel medio en habilidades sociales, sin embargo, puntuaron bajo en algunos aspectos razón, por la cual, es pertinente elaborar un plan de intervención para fortalecer dichas habilidades sociales que presentaron déficit. La propuesta de plan de intervención, se basa en el enfoque cognitivo conductual, es practico y permite educar sobre las alternativas conductuales y cognitivas al momento de desarrollar un comportamiento.

Se considera que algunas respuestas conductuales de los adolescentes son repetitivas lo que provoca el fracaso social. El enfoque cognitivo conductual está encaminado a modificar las conductas inadecuadas a nivel social, con el fin de mejorar el ámbito personal. La conducta aprendida por observación y experiencia, es modificada, por lo cual, se plantea el plan de intervención que aborda técnicas como instrucción verbal, modelado, modelado encubierto, exposición, reestructuración cognitiva, ensayo conductual y reforzamiento. A través de estas técnicas, se espera identificar pensamientos erróneos para desarrollar una respuesta conductual apropiada.

Destinatarios

El presente plan de intervención está destinado a adolescentes de una unidad educativa particular, de quienes, se obtuvo información de forma previa mediante reactivos psicológicos, los adolescentes estudiantes pertenecen a una unidad educativa situada en el sur de la ciudad de Ambato, la unidad educativa está conformada por los niveles inicial, básico y bachillerato, en una jornada de 7:00 am a

14:00 pm para el estudiantado. La unidad educativa cuenta con un cuerpo de docente de tercer nivel, basa su educación en valores como respeto y la comunicación. La institución presenta como fortaleza principal la adaptación, busca satisfacer las necesidades educativas y emocionales de los estudiantes, también, posee como fortaleza el interés en el bienestar emocional del cuerpo docente y estudiantado, la comunicación es la primordial habilidad que busca desarrollar la unidad educativa.

Como debilidad, se ha identificado que las autoridades de la institución muestran permisibilidad ante problemas conductuales, esta debilidad ha surgido por la flexibilidad en las normas de convivencia interna, en donde el principal recurso para la solución de conflictos es la comunicación, sin embargo, el estudiante no recibe sanciones o correctivos por su conducta, esta forma de solucionar conflictos ha sido fallida, por la cual, se ha buscado fortalecer las habilidades sociales para obtener como efecto colateral mejoría en las relaciones con los compañeros y solución de conflicto.

El plan de intervención es implementado en adolescentes de 12 a 18 años, legalmente matriculados, de ambos sexos, de estado civil soltero, no se excluyen a personas por su etnia, domicilio, creencias religiosas, aspectos económicos y académicos. Se ha elegido a esta población debido a que atraviesan una etapa evolutiva significativa por la relación con sus pares y el sentimiento de pertenencia, aspectos en los que interviene habilidades sociales que le aseguren adecuadas relaciones interpersonales y éxito a nivel social.

Objetivos

Objetivo General:

Desarrollar una propuesta de plan de intervención para fortalecer habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa.

Objetivos específicos:

- Sustentar el procedimiento del plan de intervención para fortalecer habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa.

- Brindar herramientas cognitivas conductuales para el fortalecimiento de habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa.
- Promover habilidades interpersonales que aseguren éxito en el inicio y mantenimiento de una conversación en adolescentes de una unidad educativa.

Procedimiento

El presente plan de intervención está estructurado por 8 sesiones, cada sesión aborda un objetivo general, responsables, recursos, objetivo de la actividad, actividad, tiempo estimado para desarrollar cada actividad, procedimiento y resultados a esperar. Estas sesiones buscan fortalecer habilidades sociales que han presentado déficit, se plantea los siguientes objetivos, abordar la temática sobre habilidades sociales, fortalecer habilidades sociales para interactuar con desconocidos, abordar componentes que conforman un dialogo, socializar sobre habilidades sociales avanzadas, fortalecer habilidades para interactuar en grupos, educar sobre la expresión adecuada de emociones, aprender a formular y responder peticiones o quejas y finalizar el programa para fortalecer habilidades sociales.

Se ha planteado trabajar cada taller en un aproximado de dos horas hasta dos horas y media, con grupos de 20 participantes por encuentro. El plan de intervención está destinado a 200 adolescentes estudiantes, con la finalidad de generar impacto a nivel personal, se ha planteado que las sesiones sean aplicadas en grupos de 20 personas, con el fin de que sean prácticas, objetivas y motive al cambio. Esta estructura permite plantear que un taller sea replicado por diez ocasiones en el plazo de quince días, de esta forma lograr dos encuentros por mes, por ende, el plan de intervención, se planifica realizar en cuatro meses. De esta forma el plan alcanza eficacia en los talleres dirigidos a adolescentes.

3.3. Plan de intervención

Primera Semana			
Objetivo General: Abordar la temática sobre habilidades sociales (Caballo, 2007; Kelly, 2010; Peñafiel & Serrano, 2010).			
Responsables: Autoridad de la Unidad Educativa y Facilitadora			
Tiempo	Objetivo	Actividad	Recursos
10 min	Socializar con adolescentes y autoridades el programa para fortalecer habilidades sociales	Saludo y bienvenida.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
		Presentación del plan y objetivos.	Humano Plan de Intervención Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Generar un ambiente de confianza e interacción.	<p>Dinámica de caldeamiento: El espejo es el otro.</p> <p>Desarrollo: Los adolescentes caminan en círculos por el espacio físico. La facilitadora forma grupos (ejemplo, formar grupo de 3, 4 o 5 personas). El punto dos, se repite cuatro veces, al final la facilitadora solicita formar grupos de dos personas. Los adolescentes en pareja reciben roles (espejo y reflejo) Un adolescente realiza diferentes movimientos y el otro lo imita durante tres minutos.</p> <p>Finalizado el tiempo, realizar las siguientes interrogaciones: ¿Qué logró observar? ¿Cómo piensa que le percibe la otra persona? ¿Qué sintió al ser observado?</p>	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
30 min	Exponer temática	<p>Exposición sobre las habilidades sociales</p> <p>Definición de habilidades sociales.</p> <p>Aspectos generales sobre las habilidades sociales.</p> <p>Componentes de habilidades sociales.</p> <p>Beneficios de poseer habilidades sociales.</p> <p>Diferencias entre una persona habilidosa y con déficit en habilidades sociales.</p>	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Láminas en Power Point. Plan de intervención
20 min	Identificar características de personas	Presentación de video sobre Habilidades Sociales	Humano Infraestructura equipada e iluminada

	habilidosas a nivel social.	a	<p>https://www.youtube.com/watch?v=AdFCmJwMfqo&list=PLPSxoAQKl0s80eKh3DO8EZIRCSe351Dd-&index=14 (IAPA, 2018)</p> <p>Preguntas de retroalimentación ¿Qué observó en el video? ¿Cuáles son las diferencias entre los personajes del video? ¿Cómo es la forma de actuar del personaje principal? ¿Con cuál de los personajes, se identificó y por qué?</p>	<p>Computador portátil Proyector Vídeo Plan de intervención</p>
30 min	Integrar participantes en grupos	a	<p>Formación de grupos de 4 participantes</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Se solicitar a los adolescentes formar grupos de cinco personas por afinidad. Se entrega a cada grupo los materiales. La facilitadora indica que realicen un dibujo de una persona y escribir sobre el las características que consideran posee un adolescente para socializar en su entorno.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Papelotes Marcadores Cinta adhesiva</p>
30 min	Conocer la percepción de los adolescentes sobre habilidades sociales		<p>Exposición de trabajo en papelotes.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Los adolescentes presentan al grupo con un nombre. Crear una barra de presentación del grupo. Exponer la actividad. Concluir con una idea.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada</p>
10 min	Finalizar el taller		<p>Cierre del taller</p> <p>Como tarea a casa, se solicita a los participantes que mediten sobre su comportamiento con sus compañeros y escribirlo. Retroalimentación del objetivo del taller. Espacio para preguntas. Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller. Acuerdos y compromisos con participantes.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada</p>
Procedimiento	<p>En primer lugar, se inicia con el saludo por parte de la autoridad de la Unidad Educativa quien da apertura al programa para fortalecer habilidades sociales, se realiza la presentación de la facilitadora del programa, quien, a su vez, se encarga de presentar de manera general el plan y sus objetivos con la finalidad de socializar dichos objetivos con la autoridad de la unidad educativa y participantes. Se realiza una dinámica de caldeamientos llamada "El espejo es el otro", para llevar a cabo la dinámica los adolescentes formar un círculo y caminar libremente por el espacio, aproximadamente después de dos minutos de haber caminado, forman grupos de 5 personas, ahora desintegran los grupos y vuelven a caminar sobre el</p>			

espacio, durante esta actividad la facilitadora indica a los adolescentes que sean conscientes de sus movimientos en el espacio y a su vez que perciban el espacio, posterior los adolescentes forman grupos de cinco participantes con las personas más cercanas, rompen los grupos y vuelven a caminar sobre el espacio por unos minutos, la facilitadora indica formar grupos de dos personas. Una vez conformadas las parejas, los adolescentes adoptan un rol ya sea el rol de espejo o reflejo, la persona que opta por el rol de reflejo realiza los movimientos que observa de su compañero durante tres minutos. Esta dinámica permite al adolescente observar al otro de manera detallada, lo que facilita la interacción entre pares. Finalizada esta actividad, se solicita a los adolescentes formar un círculo, cada pareja según su turno, se ubica en la mitad del círculo y responden las siguientes interrogantes: ¿Qué logró observar?, ¿Cómo piensa que lo percibe la otra persona? y ¿Cómo, se sintió al ser observado? Estas preguntas generadoras permiten a la facilitadora y al adolescente conocer sobre la capacidad de observar al otro, apreciar sus movimientos y gestos, reflexionar sobre la imagen que refleja al exterior, por último, conocer si por el hecho de ser observado su conducta está afectada. Una vez finalizada la participación de todos los adolescentes los mismos regresan a sus asientos, acto seguido inicia la exposición de la temática donde, se aborda los siguientes puntos: Definición de habilidades, aspectos generales sobre las habilidades sociales, componentes de habilidades sociales, beneficios de poseer habilidades sociales y diferencias entre una persona habilidosa y con déficit en habilidades sociales. La temática ha sido seleccionada con la finalidad de incorporar en los adolescentes conocimientos sobre habilidades sociales, se inicia con una adecuada definición que permita a los participantes comprender la importancia de habilidades sociales en la vida, seguido por aspectos generales y componentes de habilidades sociales, con la finalidad que los adolescentes consideren que existen varios aspectos en torno a las habilidades sociales, y que algunos adolescentes poseen ciertos aspectos y carecen de otros, en este punto, se aborda la diferencia entre personas que cuentan con habilidades sociales de aquellas que no, a través de este tema, se espera que el adolescente comprenda los beneficios que implica contar con habilidades sociales para un adecuado desempeño y éxito en las relaciones interpersonales. Posterior y con la finalidad de evaluar lo aprendido en relación a la exposición, se proyecta un video sobre habilidades sociales sin antes mencionar a los participantes que dediquen atención debido a que, finalizada la proyección, se realiza preguntas. Las preguntas permiten identificar qué aspectos sobre habilidades sociales el adolescente reconoce sin dificultad, la pregunta generadora sobre ¿Con cuál de los personajes, se identificó y por qué? permite al adolescente ser consciente sobre su conducta social. Posterior, se realiza un trabajo en grupo donde la facilitadora solicita a los participantes formar grupos de cinco integrantes por afinidad, con el objetivo que la actividad no genere malestar a algún integrante, se entrega los materiales necesarios para realizar el trabajo, se indica que utilicen su creatividad para crear un nombre y barra para el grupo, a su vez dibujan en el papelote una figura humana en tamaño grande e incluir en dicho dibujo características sobre habilidades sociales que cada participante considere, de esta manera, se logra percibir las cogniciones que poseen al respecto. Posterior, se realiza la exposición de cada grupo en orden numérico en base a un sorteo, una vez obtenido el orden de participación, se indica a los grupos que tienen un tiempo de cinco minutos para su presentación. Los adolescentes inician la presentación del grupo mediante un nombre, por ejemplo, “Buenas tardes compañeros el grupo, se llama Los Vencedores”, seguido presentan su barra, por ejemplo, “Vamos que juntos ganamos, ponemos ñeque y apoyamos. Vencedores, vencedores”, cada participante presenta su idea reflejada en el papelote, al finalizar la presentación cada participante concluye con una idea sobre el ejercicio. Como última actividad, se plantea el cierre del taller para ello la facilitadora solicita que los participantes formen un círculo en el espacio, en este punto, se explica la tarea a casa e indica a los adolescentes que durante la semana reflexionen sobre su conducta con sus pares y escribirlo en una hoja en blanco, esto permite fortalecer el compromiso de los adolescentes en relación a su participación en el taller, posterior la facilitadora solicita a los adolescentes mencionar el objetivo del taller

	para evaluar el nivel de atención y compromiso de los adolescentes, posterior, se destina un espacio para preguntas por parte de los participantes, un punto útil para aclarar las inquietudes que presentan los adolescentes, posterior y en orden, se concluye con una sola palabra los aprendizajes sobre el taller, como, también, señalar un compromiso para los siguientes talleres.
Resultados a esperar	Se espera que los adolescentes conozcan de manera general sobre las habilidades sociales.

Segunda Semana			
Objetivo General: Fortalecer habilidades sociales para interactuar con desconocidos (Frost et al., 2021; Kelly, 2010; ThemesDNA, 2021).			
Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividad	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Promover un ambiente participativo	Dinámica de caldeamiento: Lejos-cerca. Desarrollo: Se indica a los adolescentes formar un círculo. Se solicita a los adolescentes caminar por el salón libremente, mientras son conscientes de las personas que tienen alrededor (Distancia). Posterior, se indica formar parejas con la persona cercana y mantenerse apegados por 5 min (Proximidad). Finalmente, se indica que formen un círculo. Espacio para preguntas ¿Qué situación le generó comodidad? ¿Cómo actúan las personas si existe distancia? ¿Cuál es la distancia o proximidad adecuada en las relaciones sociales?	Humanos Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
10 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación de la sesión anterior. Participación de adolescentes sobre la tarea enviada a casa Lectura del escrito sobre su comportamiento.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada Escritos de adolescentes
5 min	Presentar el taller	Presentación del contenido general del taller	Humanos Plan de intervención
5 min	Socializar la finalidad del taller	Sensibilización sobre la importancia de contar con habilidades que permita iniciar diálogos con desconocidos.	Humanos Plan de intervención

20 min	Exponer la temática	Exposición de temática ¿Por qué tengo dificultad para iniciar y mantener un dialogo? ¿Cómo iniciar una conversación? ¿Cómo debo actuar en una situación social? (Aspectos verbales y no verbales) ¿Es mejor hablar de aspectos generales o personales? ¿Cómo me siento al hablar sobre mí mismo?	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	Humano Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Identificar características de una persona con habilidad social	Presentación de video sobre formas adecuadas e inadecuadas de iniciar una conversación https://www.youtube.com/watch?v=UMdJ3F7qw2g (Chan T, 2015). Espacio para preguntas ¿Qué motivó el inicio de la conversación? ¿Qué personaje logró transmitir adecuadamente su mensaje? ¿Cuáles son las diferencias entre los personajes a nivel social?	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Vídeo Plan de intervención
20 min	Integrar a participantes en grupos	Formación de grupos con 5 participantes Desarrollo: Se solicita a los adolescentes forman un círculo. Los adolescentes, se enumeran del 1 al 4. Cada grupo recibe un nombre según las estaciones del año. Los adolescentes representan a través del rol play a personas con déficit y habilidad para iniciar una conversación en los siguientes escenarios: Fiesta o reunión entre jóvenes. Receso en la institución educativa. En un paseo.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
20 min	Identificar conocimientos adquiridos de la temática a través del rol play	Presentación de grupos Desarrollo: La facilitadora indica el orden de presentación de los grupos. El grupo, se presenta con el nombre asignado.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención

		Continuar con la barra de presentación del grupo. Realizar el rol play. Se responde a la pregunta ¿Qué situación social le genera comodidad?	
20 min	Exponer técnica	Explicación sobre la instrucción verbal y el modelado. Desarrollo: Los adolescentes piensan en un personaje o persona que posea adecuadas habilidades sociales. Se expone quien es la persona. Se describe el comportamiento de esa persona.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point
10 min	Finalizar el taller	Cierre del taller Como tarea casa, se solicita encontrar a una persona que no presente dificultades para socializar, observar sus actitudes y anotarlo en el diario. Retroalimentación del objetivo del taller. Espacio para preguntas. Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller. Despedida	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
Procedimiento	El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y por parte del personal del DECE. Posterior, se da lugar a la dinámica con la finalidad de promover un ambiente de confianza, para desarrollar la actividad de caldeo denominada "Lejos y cerca" la facilitadora solicita a los adolescentes que formen un círculo, tras romper el círculo, caminan sobre el espacio, durante esta actividad son conscientes de las personas a su alrededor, observan sus gestos, movimientos y actitud, esto en silencio y con una expresión facial neutral. Esta actividad permite al adolescente ser consciente sobre la conducta de otros, después de 5 minutos el adolescente forma pareja con la persona más cercana, con su pareja permanecen en silencio mientras observan la actitud y comportamiento del otro durante cinco minutos, la cercanía pone en manifiesto actitudes que el adolescente refuerza a futuro. Transcurrido el tiempo los adolescentes forman un círculo. La facilitadora promueve la participación de los adolescentes, quienes responden las siguientes interrogantes: ¿Qué situación le generó comodidad?, ¿Cómo actúan las personas si existe distancia?, ¿Cuál es la distancia o proximidad adecuada en las relaciones sociales?, estas preguntas permiten al adolescente identificar que es adecuado respetar el espacio físico del otro, se sugiere que la proximidad genera incomodidad al no existir vínculos afectivos entre las personas, de igual forma, estas preguntas permiten al adolescente conocer el comportamiento de la otra persona en relaciones sociales con proximidad y distancia. Finalizada la dinámica, se realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior, para evaluar la tarea a casa, se solicita a los adolescentes que den lectura a su escrito sobre su comportamiento con sus pares. Tras esta actividad, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos, la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del taller. Posterior la facilitadora inicia con la exposición de la temática, se aborda los principales aspectos que implican desarrollar una conversación y sobre qué temas abordar para mantener una conversación. Esta temática permite al adolescente poseer conocimientos sobre estrategias para iniciar una conversación. Posterior y con la finalidad de brindar un		

	<p>espacio de respiro y evitar agotamiento, se da paso a una pausa activa que consiste en realizar actividades físicas de calentamiento. Posterior a la pausa activa, se presenta un video sobre la comunicación, una vez finalizado el video la facilitadora realiza las siguientes preguntas ¿Qué motivó el origen de la conversación? Esta pregunta permite al adolescente conocer los diferentes aspectos que motivan a una conversación, una vez identificado la necesidad de reconocer el motivo de la comunicación, se realiza la segunda pregunta ¿Qué personaje logró transmitir adecuadamente su mensaje?, esta interrogante permite al adolescente reconocer que no es suficiente conocer el motivo de la comunicación sino más bien es imperioso lograr transmitir el mensaje deseado, por último, la facilitadora genera la siguiente pregunta ¿Cuáles son las diferencias entre los personajes a nivel social? Esta interrogante da lugar a que los participantes identifiquen las diferencias entre personas habilidosas o no habilidosas a nivel social. Posterior la facilitadora da paso a la siguiente actividad, para ello los adolescentes forman un círculo y enumerarse del 1 al 4, una vez finalizada la enumeración la facilitadora indica que cada adolescente, se reúna en su grupo según el número asignado, la facilitadora otorga nombres a los grupos en base a las estaciones del año, una vez conformados los grupos la facilitadora indica que cada grupo representa un rol play aspectos de habilidades y déficits sociales en las siguientes situaciones: fiesta o reunión, receso en la unidad educativa y un paseo, estas situaciones, se han planteado debido a que son las más populares en los adolescentes, de esta forma, se coloca en prácticas aspectos de habilidades sociales que son utilizados en situaciones reales. Una vez transcurrido el tiempo de trabajo en grupos, cada equipo realiza la presentación de su trabajo, para ello la facilitadora indica el orden de participación según las estaciones del año, y a su vez cada grupo, se presenta con el nombre asignado y una barra, por ejemplo, “Verano peligroso, verano tropical, verano, verano, rra, rra, rra”, posterior presentan el rol play y finalizan con una respuesta a la pregunta ¿Qué situación social le genera comodidad?, con la finalidad de motivar el uso de habilidades sociales. Una vez finalizada la presentación de grupos, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos. Posterior la facilitadora expone sobre la técnica de instrucción verbal y modelado con la finalidad de capacitar a los adolescentes sobre estas técnicas, una vez realizada la exposición, se motiva a los adolescentes a pensar sobre una persona que posea habilidades sociales, una vez que hayan elegido a esa persona, se menciona que características sociales posee dicha persona, esto permite al adolescente identificar una persona que sea utilizada como ejemplo para adoptar habilidades sociales. Posterior, se da lugar al cierre del taller, para ello la facilitadora solicita a los adolescentes formar un círculo, en este espacio explica la tarea a casa que consiste en encontrar una persona con habilidades sociales cercana para observarla de manera continua y anotarlo en un diario. Posterior, se solicita a dos o tres adolescentes señalar el objetivo del taller, de manera continua, se abre un espacio para preguntas con la finalidad de aclarar inquietudes que surjan en los adolescentes, una vez satisfecha las inquietudes de los participantes, cada adolescente en orden describe en una sola palabra el aprendizaje obtenido del taller, la facilitadora realiza la despedida.</p>
Resultados a esperar	Se espera incorporar en los adolescentes conocimientos que les permitan interactuar con desconocidos.

Tercera Semana			
Objetivo General:			
Abordar componentes que conforman un dialogo (Caballo, 2007; Herrera-Lozano & Musi, 2020; Peñafiel & Serrano, 2010; ThemesDNA, 2021).			
Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividad	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida	Humanos

			Infraestructura equipada e iluminada
10 min	Promover un ambiente participativo	<p>Dinámica de caldeamiento: La estatua.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Dividir al grupo en dos. Proporcionar roles de estatua y escultor. Adquirir una posición (Estatua). Intentar interpretar sus expresiones (Escultor). Modificar los gestos y posición (Escultor).</p> <p>Espacio para preguntas ¿Cómo, se sintieron en su rol? ¿Considera que es fácil modificar los gestos y posturas en una situación social?</p>	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
5 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación de la sesión anterior.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
5 min	Presentar el taller	Presentación del contenido general del taller	Humanos Plan de intervención
5 min	Socializar la finalidad del taller	Exposición sobre la importancia de conocer los aspectos que interactúan en una conversación.	Humanos Plan de intervención
30 min	Exponer la temática	<p>Exposición de temática</p> <p>Comunicación verbal y no verbal. Pasos para una conversación adecuada. ¿Comunicamos con el cuerpo? ¿Logro comunicar lo que deseo? ¿Logro comprender lo que la otra persona desea comunicar? ¿Qué es la asertividad? Actuar de forma pasiva, agresiva o asertiva.</p>	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	Humano Infraestructura equipada e iluminada
30 min	Ejemplificar la asertividad	<p>Presentación de ejercicios</p> <p>Desarrollo:</p>	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención

		<p>Los adolescentes forman grupos de 5 personas por afinidad. Presentación de ejercicios a través de rol play de las siguientes situaciones:</p> <p>“Decides invitar a un amigo a tu casa, él llega tarde una hora y esta incomunicado por celular. A causa de esto te sientes enojado ¿Qué le dirías?”</p> <p>“Te encuentras en la fila para obtener la cédula durante dos horas, estas estresado por el tiempo y aburrimiento. Una persona ingresa a la fila delante de ti ¿Qué le dirías?”</p> <p>“Tienes que liderar a tu equipo de trabajo de la escuela, en dicho trabajo observas que un integrante no aporta para el desarrollo de la tarea ¿Qué le dirías?”</p> <p>Espacio para preguntas ¿Qué situación generó mayor malestar? ¿A quién afectó estas situaciones? ¿Cuál fue su reacción (verbal y no verbal)?</p>	
20 min	Exponer técnica	<p>Explicación sobre la técnica de exposición</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Atender a su lenguaje corporal. Analizar sobre lo que va a decir y como lo va a decir. Practicar un diálogo para iniciar una conversación frente al espejo.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Espejo Plan de intervención Láminas en Power Point.</p>
20 min	Ejercitar la comunicación verbal y no verbal	<p>Formación de grupos.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Los adolescentes forman un círculo. Cada adolescente obtiene un papel de la bolsa (tópico). Los adolescentes forman su grupo en base al tópico. Se entrega un mensaje escrito al grupo. Tres participantes intentan comunicar el mensaje a través de señas y lenguaje corporal, y el cuarto participante interpreta el mensaje y lo escribe en un papel. Presentación grupal del mensaje.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Papel Esferos Cartilla con mensaje Papeles con tópicos.</p>

		<p>Espacio para preguntas</p> <p>¿Qué tipo de comunicación generó dificultad?</p> <p>¿El receptor logró comprender fácilmente el mensaje?</p>	
10 min	Finalizar el taller	<p>Cierre del taller</p> <p>Tarea a casa, se solicita al adolescente hacer uso de los componentes en una situación social, como mantener la mirada y observar la respuesta del otro frente a esta acción.</p> <p>Retroalimentación del objetivo del taller.</p> <p>Espacio para preguntas.</p> <p>Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller.</p> <p>Despedida</p>	<p>Humano</p> <p>Infraestructura equipada e iluminada</p> <p>Plan de intervención</p>
Procedimiento	<p>El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y por parte del personal del DECE. Posterior, se da lugar a la dinámica con la finalidad de promover un ambiente de confianza, para desarrollar la actividad de caldeamiento denominada “La estatua” la facilitadora solicita a los adolescentes que formen un círculo y enumerarse del 1 al 2 con la finalidad de crear parejas, una vez establecidas las parejas, se indica a los adolescentes que cada uno posee un rol, uno de escultor y otro de estatua, la estatua adopta una posición mientras que el escultor interpreta sus expresiones, una vez considere adecuado el escultor modifica los gestos y posición de la escultura. Finalizada la actividad y con la indicación de la facilitadora, los adolescentes forman un círculo y responden las siguientes interrogantes ¿Cómo, se sintieron en su rol? y ¿Considera que es fácil modificar los gestos y posturas en una situación social?, estas preguntas permiten al adolescente ser consciente sobre la posibilidad de modificar posturas y gestos que invite a otros a iniciar un dialogo. Finalizada la dinámica, se realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior. Tras esta actividad, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos, la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del taller. De manera continua, la facilitadora inicia con la exposición de la temática y aborda los principales aspectos que implican la comunicación verbal y no verbal, el mensaje, se logra comunicar de manera adecuada y la comunicación asertiva, estas temáticas han sido seleccionadas con la finalidad que los adolescentes conozcan sobre los componentes que interfieren en la comunicación y a su vez indicar que es posible comunicar a través del cuerpo, y en ocasiones el lenguaje corporal no es coherente con el lenguaje verbal, por esta razón el mensaje, se distorsiona, para ello es importante desarrollar una comunicación asertiva. Posterior y con la finalidad de brindar un espacio de respiro y evitar agotamiento, se da paso a una pausa activa que consiste en realizar actividades físicas de calentamiento. Posterior a la pausa activa, se realiza un trabajo grupal, para ello la facilitadora solicita a los adolescentes formar grupos de cinco participantes según su afinidad, para lograr una participación activa en el grupo, una vez conformados los grupos, se presentan por escritos las situaciones que los adolescentes intentan resolver de manera asertiva, para ellos cada participante adopta un rol o personaje en cada situación con la finalidad de obtener la participación de todos y así entrene sobre una comunicación asertiva. Son tres situaciones, que se presentan a los adolescentes, dichas situaciones consideradas como comunes a las que los adolescentes, se ven expuestos en varias ocasiones. Estos ejercicios a más de demostrar las habilidades comunicativas de los participantes permiten aprender conductas asertivas de sus compañeros, una vez finalizada un tiempo de 20 minutos la facilitadora vuelve</p>		

	<p>a reunir a los participantes en un círculo y a la par realiza las siguientes preguntas ¿Qué situación generó mayor malestar?, ¿A quién afectó estas situaciones? y ¿Cuál fue su reacción (verbal y no verbal)? estas preguntas permite al adolescente ser consciente que la forma de comunicar un mensaje genera impacto tanto en el emisor como el receptor, de esta forma, se concientiza en el adolescente la importancia de comunicar de manera asertiva algún malestar. Posterior a la participación de los adolescentes los mismos retornan a sus asientos. La facilitadora como siguiente punto expone sobre la técnica de la exposición para el entrenamiento de habilidades sociales, una vez finalizada la explicación la facilitadora explica la actividad a realizar por los adolescentes, con el uso de un espejo, es así que la facilitadora escoge al primer participante a quien entrega una indicación, por ejemplo, iniciar una conversación con alguien del sexo opuesto, iniciar una conversación con un nuevo compañero, iniciar una conversación con un docente, etc. Una vez entregada la indicación al participante, se coloca frente al espejo, en primer lugar, se le solicita que observe su lenguaje corporal, si su postura y gestos dan apertura al diálogo, seguido el adolescente elabora el mensaje a enviar, dicho mensaje es claro, conciso y sin muletillas, posterior el adolescente produce dicho mensaje frente al espejo, repete esta acción según la facilitadora considere adecuado, cada adolescente participa en esta actividad. Enseguida, la facilitadora solicita a los adolescentes formar un círculo en el espacio, acto seguido, los adolescentes obtienen un papel de la bolsa que contiene cinco tópicos como colores, países, frutas, medios de transporte, vestimenta. Después que cada adolescente haya obtenido su papel, la facilitadora indica a los adolescentes que busquen a sus parejas en base a su tópico, por ejemplo, en el tópico de colores, se reúnen únicamente los adolescentes cuyo papel incluya el nombre de un color, en este grupo, no se incluye ningún adolescente cuyo tópico sea sobre un país u otro tema. Una vez, que se hayan conformado los cinco grupos de trabajo, la facilitadora indica que cada grupo selecciona a una persona, posterior esta persona seleccionada sale de la sala con la finalidad de no conocer sobre la consigna. De forma continua la facilitadora entrega a cada grupo un mensaje (refrán) y explica que a través de señas comuniquen el mensaje a la persona que ha sido seleccionada previamente, por ningún motivo los participantes emiten una palabra, finalizada la explicación, se solicita a los adolescentes seleccionados que ingresen al salón y la facilitadora explica que sus compañeros de grupo van a intentar comunicar un mensaje a través de señas que sería descifrado y escribirlo en un papel anteriormente otorgado, para intentar descifrar el mensaje, se otorga un tiempo de cinco minutos, transcurrido el tiempo los adolescentes que descifrarían el mensaje forman una fila al frente del salón, cada adolescente lee su mensaje descifrado y su grupo lee el mensaje correcto. Posterior, se solicita a los adolescentes que vuelvan a formar un círculo para responder las siguientes interrogantes ¿Qué tipo de comunicación generó dificultad? y ¿El receptor logró comprender fácilmente el mensaje?, estas preguntas han sido planteadas con la finalidad que adolescentes reconozcan la importancia del lenguaje no verbal y el significado que le otorga al lenguaje verbal. Se da lugar al cierre del taller, para ello la facilitadora explica la tarea a casa que consiste en hacer uso de los componentes no verbales en un dialogo. Seguido, se solicita a dos o tres adolescentes señalar el objetivo del taller, se abre un espacio para preguntas con la finalidad de aclarar inquietudes de los adolescentes, una vez aclaradas las inquietudes de los participantes, cada adolescente en orden describe en una sola palabra el aprendizaje obtenido del taller, la facilitadora realiza la despedida.</p>
Resultados a esperar	Se espera que los adolescentes aprendan sobre los componentes que integran un dialogo.

Cuarta Semana
<p>Objetivo General: Socializar sobre habilidades sociales avanzadas (Caballo, 2007; Frost et al., 2021; Herrera-Lozano & Musi, 2020; Kelly, 2010).</p>

Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividades	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Promover un ambiente participativo	Dinámica de caldeamiento: Tenemos una cita. Desarrollo: Los adolescentes agendan cuatro citas. Las citas son a las 7:00 am, 8:00 am, 9:00 am y 10:00 am. La primera cita, se dialoga sobre lo que le gusta, la segunda cita, se dialoga sobre lo que no le gusta, la tercera cita, se dialoga sobre sus miedos y la cuarta cita se dialoga sobre lo que le enoja. Espacio para preguntas: ¿Qué cita le generó dificultad? ¿Le parece sencillo cuadrar una cita?	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Cinta adhesiva
5 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación por parte de los adolescentes sobre la reunión anterior.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
5 min	Presentar el taller	Presentación del contenido general del taller	Humanos Plan de intervención
5 min	Socializar la finalidad del taller	Exponer sobre los componentes que intervienen en una relación social.	Humanos Plan de intervención
20 min	Exponer la temática	Exposición de temática Definición sobre habilidades sociales avanzadas. ¿Qué implica pedir ayuda? ¿Qué impide buscar ayuda? La ayuda y la empatía	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	Humano Infraestructura equipada e iluminada
30 min	Escenificar situaciones de pedir ayuda	Presentación de ejercicios: Desarrollo:	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención

		<p>Los adolescentes forman un círculo y enumerarse del 1 al 5. Los adolescentes, se reúnen con sus respectivos grupos. Los adolescentes crean un nombre y una barra para el grupo. Los adolescentes ejemplifican a través de rol play las siguientes situaciones: Pedir ayuda en caso de estar extraviado. Pedir ayuda para realizar una tarea. Pedir un consejo amoroso. Luego, se tiene que: Modelar Retroalimentar Corregir</p>	
30 min	Exponer técnica	<p>Explicación sobre la técnica de modelado encubierto.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Los adolescentes realizan un paseo por diferentes estaciones en donde, se solicita: Exponer una situación problema. Indicar que componentes utiliza para resolver el problema. Señalar la solución del problema. Indicar los aprendizajes contenidos.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Láminas en Power Point. Pasaporte de soluciones Marcadores, foamis de colores, tijeras, goma, papel brillante.</p>
10 min	Finalizar el taller	<p>Cierre del taller</p> <p>Tarea a casa, se solicita al adolescente que realice las siguientes actividades, preguntar la hora a un desconocido, pedir una dirección, interesarse por un compañero. Retroalimentación del objetivo del taller Espacio para preguntas Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller. Despedida.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención</p>
Procedimiento	<p>El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y del personal del DECE. Se da lugar a la dinámica con la finalidad de promover un ambiente participativo, para desarrollar la actividad de caldeoamiento denominada "Tenemos una cita", para ello la facilitadora indica al grupo que planifiquen cuatro citas, la primera cita es a las 7:00 am, la segunda cita a las 8:00 am, la tercera cita a las 9:00 am y la cuarta cita a las 10:00 am, esta actividad permite al adolescente poner en práctica habilidades sociales avanzadas. Una vez cuadrada las citas la facilitadora señala, que se reúnan en la primera cita y hablar sobre aspectos personales que le gusten, por ejemplo, "Me gusta ver películas, leer libros, jugar futbol, etc.", las dos personas de la cita cuentan con cinco minutos para hablar sobre la temática. Transcurrido los cinco minutos, la facilitadora indica, que se reúnan con su segunda cita donde dialoguen sobre aspectos que no le gustan, de igual manera cuentan con un tiempo de cinco minutos, posterior continúan con la tercera cita donde hablen sobre los miedos, la cuarta cita es sobre lo que le enoja.</p>		

Esta dinámica, se ha planteado con la finalidad de perfeccionar las habilidades comunicativas de los adolescentes. Finalizada la dinámica, se realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior. Posterior a esta actividad, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos, la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del taller. De manera continua, la facilitadora inicia con la exposición de la temática y aborda la definición y componentes de habilidades sociales avanzadas, que a su vez incluye el pedir y buscar ayudar, también, la empatía, se ha decidido abordar esta temática debido a que estos componentes implican interactuar con otros y por ende el uso de habilidades sociales, lo mismo que permite mejorar las relaciones interpersonales del adolescente. Posterior y con la finalidad de brindar un espacio de respiro y evitar el agotamiento, se da paso a una pausa activa que consiste en realizar actividades físicas de calentamiento. Seguido a la pausa activa, se realiza un trabajo grupal, para ello la facilitadora solicita a los adolescentes formar un círculo y enumerarse del 1 al 5, los adolescentes conforman el grupo según su número, una vez conformado los grupos la facilitadora explica la consigna a los participantes, cada grupo crea un nombre y una barra para la presentación, los adolescentes ejemplifican con rol play las situaciones de pedir ayuda en caso de estar extraviado, pedir ayuda para realizar una tarea y pedir un consejo amoroso. Estas situaciones permiten al adolescente practicar sobre sus destrezas sociales y modificar sus conductas, una vez finalizada la presentación de cada grupo la facilitadora tiene que modelar, retroalimentar y corregir las conductas poco habilidosas observadas en el rol play con la finalidad que los participantes corrijan su conducta social. Posterior a la participación de los adolescentes los mismos retornan a sus asientos. La facilitadora como siguiente punto expone sobre la técnica del modelado encubierto, una vez finalizada la explicación la facilitadora explica la actividad a realizarse por los adolescentes. Para esta actividad, se solicita a los adolescentes formar grupos de 5 personas por afinidad, a su vez la facilitadora explica que con los materiales entregados elaboren un espacio físico, que se asemeje a una estación, cada estación posee un nombre, la primera estación denominada problema, la segunda estación llamada estrategias, la tercera estación denominada solución y la última estación llamada aprendizajes, para esta actividad los participantes tienen un tiempo de 10 minutos, finalizado el tiempo la facilitadora vuelve a reunir a los participantes en un círculo, e indica que el grupo va a realizar por un viaje, para este viaje es necesario contar con pasaportes que son entregados por la facilitadora, la participación en cada estación permite a los adolescentes avanzar en el viaje. La facilitadora guía al grupo a la primera estación y menciona el siguiente discurso “Buenas tardes pasajeros, el día de hoy realizaremos un viaje, en este viaje hay momentos que representan retos, resolver estos retos le permite completar el viaje. Ahora nos encontramos en la primera estación, esta estación llamada problema, recibe este nombre porque ustedes los viajeros mencionan alguna situación problema en relación a las habilidades sociales, cada uno de ustedes aporta con una idea para crear esta situación, su participación permite sellar el pasaporte y viajar a la siguiente estación. Esta es la estación dos, esta estación llamada estrategias, su trabajo aquí es aportar con ideas para solucionar el conflicto creado en la estación uno, es importante que las estrategias contengan componentes y aspectos de las habilidades sociales, de igual manera su participación en esta estación le asegura el pase a la siguiente estación. Esta es la estación número tres que tiene como nombre soluciones, recibe este nombre debido a que en esta estación lograremos dar una solución práctica para el problema creado en la estación uno, pero utilizaremos las estrategias obtenidas en la estación dos, su aporte le permite pasar a la siguiente estación. Bienvenidos a la cuarta y última estación del viaje, en esta estación usted menciona que aprendió durante el viaje y como este viaje le sirve para solucionar alguna situación social”. Una vez finalizada la actividad la facilitadora solicita a los participantes formar un círculo para dar lugar al cierre del taller, para ello la facilitadora explica la tarea a casa que permite al adolescente exponerse en una situación social. Seguido, se solicita a dos o tres adolescentes señalar el objetivo del taller, se abre un espacio para

	preguntas con la finalidad de aclarar inquietudes que han surgido en los adolescentes, una vez aclaradas las inquietudes de los participantes, cada adolescente en orden describe en una sola palabra el aprendizaje obtenido del taller, la facilitadora realiza la despedida.
Resultados a esperar	Se espera que los adolescentes adquieran conocimientos sobre técnicas para fortalecer habilidades sociales avanzadas.

Quinta Semana			
Objetivo General: Fortalecer habilidades para interactuar en grupos (Herrera-Lozano & Musi, 2020; Kelly, 2010; ThemesDNA, 2021).			
Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividades	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Promover un ambiente participativo	Dinámica de caldeamiento: Mi momento favorito del día. Desarrollo: Los adolescentes caminan en círculos por el espacio físico. La facilitadora indica que formen grupos (ejemplo, formar grupo de 2, 3 o 4 personas). El punto dos, se repite tres veces, al final la facilitadora solicita formar grupos de cinco personas. Se elige al azar un coordinador de cada grupo. Se explica a los participantes que escriban en la cartilla entregada cuál es su momento favorito del día y porque, por ejemplo, "Mi momento favorito del día es la noche porque ceno con toda mi familia". Cada participante expone su momento del día. El coordinador controla los tiempos de intervención de cada participante.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Cartilla Música
5 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación por parte de los adolescentes sobre la reunión anterior.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
5 min	Socializar la finalidad del taller	Exponer sobre la importancia de manejar grupos.	Humanos Plan de intervención
5 min	Presentar el taller	Presentación del contenido general del taller	Humanos Plan de intervención
30 min	Exponer la temática	Exposición de temática	Humano

		<p>¿Qué es la participación? ¿Cómo, se promueve la participación? ¿El ambiente influye sobre la participación? Creencias irracionales que impiden participar. Ventajas de participar en grupo.</p>	<p>Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point</p>
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada</p>
30 min	Fortalecer trabajo en equipo	<p>Creación de una torre</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Los adolescentes forman un círculo. Cada adolescente obtiene una tarjeta con la figura de un animal. Los adolescentes buscan a su grupo, para ello imitan el sonido del animal que aparece en la tarjeta. El grupo selecciona un coordinador. A cada equipo, se le entrega papel periódico. La consigna consiste en crear la torre más alta y fuerte con el periódico. Los participantes de otros grupos intentaran derribar las torres ajenas por medio de soplidos.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Periódico Cinta adhesiva Tarjeta con figuras de animales.</p>
30 min	Exponer técnica	<p>Se aborda las siguientes temáticas:</p> <p>Explicación sobre la reestructuración cognitiva. Teoría ABC. Identificación de creencias que no permiten interactuar. Explicación sobre el registro diario.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Láminas en Power Point.</p>
10 min	Finalizar el taller	<p>Cierre del taller</p> <p>Tarea a casa, registro diario. Retroalimentación del objetivo del taller Espacio para preguntas Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller. Despedida.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención</p>
Procedimiento	<p>El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y del personal del DECE. Se da lugar a la dinámica con la finalidad de promover un ambiente de confianza, para desarrollar la actividad de caldeamiento denominada "Mi momento favorito del día" la facilitadora solicita a los adolescentes que formen un círculo y al sonar la música caminen por el espacio, aproximadamente después de dos minutos de haber caminado, la facilitadora pausa la música e indica que abracen a 7</p>		

personas, posterior la música vuelve a sonar, los adolescentes rompen los grupos para caminar sobre el espacio, esta actividad, se repite tres ocasiones hasta formar grupos de cinco personas. Una vez creado los grupos, se asigna a cada grupo un número y un lugar para trabajar, se solicita a cada grupo que seleccionen a un coordinador con la finalidad que esta persona ejercite sus habilidades de liderazgo, posterior la facilitadora entrega a los coordinadores cartillas y asigna la consigna que consiste en hablar sobre el momento favorito del día y porqué, esto, se escribe en las cartillas y posterior son expuestas en los grupos, los coordinadores participan de la actividad y a la par controla el tiempo de participación de cada integrante. Esta dinámica permite al adolescente hablar sobre aspectos personales que en ocasiones no son abordados o que el adolescente tiene dificultad para expresarlos. Transcurrido el tiempo los adolescentes forman nuevamente el círculo. Posterior la facilitadora realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior. Posterior a esta actividad, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos, la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del taller. Posterior la facilitadora inicia con la exposición de la temática donde aborda las siguientes temáticas ¿Qué es la participación?, ¿Cómo logro la participación?, ¿El ambiente influye sobre la participación?, creencias irracionales que impiden participar y ventajas de participar en grupo. Esta temática permite abordar los diferentes aspectos, que se ven involucrados en la participación, reconocer, cuales, son las creencias irracionales que inhiben la participación en grupos, conocer como el ambiente influye de manera positiva o negativa sobre la decisión de participar. Posterior y con la finalidad de brindar un espacio de respiro y para evitar agotamiento, se da paso a una pausa activa que consiste en realizar actividades físicas de calentamiento. Finalizada la pausa activa, se da lugar a la actividad planteada en el plan con la finalidad de fortalecer el trabajo y participación en equipo, se utiliza materiales como periódico y cinta adhesiva. Para ello los adolescentes forman un círculo, una vez ahí los adolescentes obtienen de la bolsa una tarjeta que contiene la imagen de un animal, una vez que todos los participantes hayan obtenido su tarjeta la facilitadora indica que forman grupos en base al animal asignado, para ello imitan el sonido del animal que les corresponde, esto permite al participante agudizar su sentido auditivo y percibir de mejor manera un estímulo, aunque exista distracciones en el entorno. Una vez conformado los cinco grupos, cada uno de ellos seleccionan un coordinador a quien, se le entrega el material de trabajo y las indicaciones. De esta forma el coordinador reproduce la consigna al grupo quienes intentan crear la torre más alta y fuerte únicamente con papel periódico, para esta actividad, se destinan 10 minutos, una vez finalizado el tiempo los coordinadores presentan su torre, mientras que el resto de integrantes del grupo intentan derrumbar las otras torres a través de soplos y con una distancia de dos pasos, la torre no derrumbada o que permanezca mayor tiempo en pie es el equipo ganador. Con esta actividad los adolescentes exponen sus ideas para la actividad, de esta forma, se pone en práctica la estrategia de participación. Una vez finalizada la presentación de grupos, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos. Posterior la facilitadora expone sobre la reestructuración cognitiva, teoría del ABC, identificar las creencias que no permiten la participación y educar sobre el registro diario, esta temática ha sido seleccionada en base a la importancia de psico educar a los participantes sobre la relación que existe entre los pensamientos, emociones y conductas, también, identificar ciertas creencias que inhiben la participación en grupos o que no facilitan la interacción con sus pares, en este punto, se educa sobre el registro diario y su importancia para la identificación de ideas erróneas. Se da lugar al cierre del taller, para ello la facilitadora solicita a los adolescentes formar un círculo, en este espacio, se explica la tarea a casa que consiste en realizar el registro diario y anotar en las situaciones diarias que hayan generado malestar en cuanto al desempeño a nivel social. Se solicita a dos o tres adolescentes señalar el objetivo del taller, de manera continua, se abre un espacio para preguntas con la finalidad de aclarar inquietudes en los

	adolescentes, una vez satisfecha las inquietudes de los participantes, cada adolescente en orden describe en una sola palabra el aprendizaje obtenido del taller, la facilitadora realiza la despedida.
Resultados a esperar	Se espera que los adolescentes logren fortalecer sus habilidades para trabajar en grupos.

Sexta Semana			
Objetivo General: Educar sobre la expresión adecuada de emociones (Choque-Larrauri & Chirinos-Cáceres, 2009; Kelly, 2010; Mira, Parra-Meroño, & Beltrán, 2017; ThemesDNA, 2021).			
Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividades	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Promover un ambiente participativo	Dinámica de caldeamiento: Lo que hice. Desarrollo: Se entrega a los adolescentes un papel en blanco. Se invita a los participantes a pensar sobre una situación que desborde emociones (enojo, alegría, tristeza). En el papel, se escribe los personajes que intervinieron en dicha situación. Ahora, se reflexiona que causó su conducta provocada por las emociones en cada personaje escrito en el papel. Espacio para preguntas ¿Mis emociones influyen en otras personas? ¿De qué manera expreso mis emociones? ¿Qué sucede si no expreso mis emociones?	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Papel Esferos
5 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación por parte de los adolescentes sobre la reunión anterior.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
5 min	Presentar el taller	Presentación del contenido general del taller	Humanos Plan de intervención
5 min	Socializar la finalidad del taller	Exponer sobre la importancia de conocer y manejar las emociones y sentimientos en situaciones sociales.	Humanos Plan de intervención
20 min	Exponer la temática	Exposición de temática Las emociones y sentimientos.	Humano Infraestructura equipada e iluminada

		<p>Diferencia entre emoción y sentimiento. Emociones positivas y negativas. Manejo de emociones y sentimientos. Reconocer emociones y sentimientos. Inteligencia emocional. Evitar problemas con los demás.</p>	<p>Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point</p>
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada</p>
30 min	Practicar expresión de emociones.	<p>De manera individual los adolescentes realizan un dibujo que exprese sus sentimientos y responder de manera escrita con la mano izquierda la siguiente interrogante:</p> <p>¿Qué inhibe expresar las emociones?</p> <p>Desarrollo:</p> <p>En grupos de 5 personas los adolescentes representan como actuar en las siguientes situaciones:</p> <p>Un compañero, se muestra agresivo en el curso. Una persona, se muestra agresiva en el bus y lo empuja. El chofer del auto le grita por cruzar la calle en el momento inadecuado.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Papel Lápices de colores</p>
30 min	Exponer técnica	<p>Exposición sobre el ensayo conductual y la técnica de la tortuga.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Los adolescentes forman un círculo. Los adolescentes, se enumeran del 1 al 2. Los adolescentes crean un nombre y una barra para su grupo. Los adolescentes representan a través de rol play las siguientes emociones:</p> <p>Enojo Tristeza Alegría Miedo Sorpresa Asco</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Láminas en Power Point.</p>

		Vergüenza Culpa Orgullo Bondad	
10 min	Finalizar el taller	Cierre del taller Tarea a casa, los adolescentes reflexionan sobre si tiene dificultad para expresar emociones y cuan a menudo pierde el control, lo cual, es descrito en una hoja. Retroalimentación del objetivo del taller Espacio para preguntas Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller. Despedida.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
Procedimiento	<p>El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y del personal del DECE. Se da lugar a la dinámica con la finalidad de promover un ambiente de confianza, para desarrollar la actividad de caldeamiento denominada “Lo que hice” la facilitadora entrega a cada participante un papel en blanco y un esfero, ahora, se invita a los adolescentes que piensen sobre un evento que les genere una reacción emocional significativa como enojo, tristeza, alegría, etc. Una vez que los adolescentes tengan clara la situación, se solicita que identifique detalladamente a las personas, que se involucraron en dicha situación para posterior escribirlo en la hoja, ahora reflexiona como influyó su respuesta emocional en cada persona involucrada en la situación y anotarlo en la hoja. Por ejemplo, un adolescente recuerda una discusión en su familia debido a que sus padres por motivos económicos no tienen la posibilidad para comprarle unos tenis, este asunto le generó enojo al adolescente, quien a causa de este evento gritó a sus padres y discutió con su hermana, una vez clarificada la situación el adolescente escribe en el papel a los personajes que intervinieron en la situación, en este caso madre, padre, hermana y al frente de cada uno de ellos escribir la respuesta conductual de los personajes y como influyo su emoción (enojo) en otras personas. Transcurrido el tiempo los adolescentes responden de manera escrita las siguientes preguntas ¿Mis emociones influyen en otras personas?, ¿De qué manera expreso mis emociones? y ¿Qué sucede si no expreso mis emociones?, estas interrogantes invitan al adolescente a reflexionar sobre su respuesta emocional, como una adecuada expresión de emociones da lugar a estabilidad emocional personal y sin herir susceptibilidades de otros, el hecho que el adolescente reconozca sobre su respuesta emocional le permite modificarla si así considera adecuada. Finalizada la dinámica, se realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior. Posterior a esta actividad la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del taller. Posterior la facilitadora inicia con la exposición de la temática y aborda aspectos sobre las emociones y sentimientos, sus diferencias, clasificación, reconocimiento, manejo e inteligencia emocional. Estas temáticas han sido consideradas adecuadas debido a que la población desconoce sobre emociones y sentimientos, lo que conlleva que el adolescente no sea consciente sobre sus emociones o sentimientos, esta conducta, se ha observado en frases como “soy bipolar” para referirse al cambio de emociones, también, les permite reconocer que existen emociones consideradas como positivas y negativas por el nivel de impacto que generan en la persona, una vez desarrolla la capacidad para reconocer sus emociones, se expone estrategias para el manejo de emociones y sentimientos. En este punto, se aborda la inteligencia emocional, se ha considerado útil debido a que en las relaciones interpersonales el adolescente analiza su conducta a</p>		

	<p>reacciones emociones, es así que emociones negativas afectan de manera significativa a las relaciones interpersonales. Posterior y con la finalidad de brindar un espacio de respiro y para evitar agotamiento, se da paso a una pausa activa que consiste en realizar actividades físicas de calentamiento. Posterior a la pausa activa, se entrega a los adolescentes papel y lápices de colores con la finalidad de representar a través de un dibujo lo que considera su emoción que le representa, de esta forma, se obtienen dibujos de diferentes emociones como la euforia, tristeza, enojo o sentimientos como el enamoramiento. Para esta actividad los adolescentes cuentan un tiempo de diez minutos, posterior en la misma hoja responden la siguiente pregunta ¿Qué inhibe expresar mis emociones? esto, se realiza con la mano izquierda, de esta manera ejercita el cerebro creativo y emocional. Se ha planteado realizar actividades en grupo, para ello la facilitadora solicita a los adolescentes conformar grupos de cinco personas por afinidad, una vez conformados los grupos los adolescentes practican su inteligencia emocional a través del rol play de tres situaciones, la primera un compañero está agresivo, la segunda, una persona desconocida actúa de forma agresiva y lo ataca, la tercera situación una persona le agrade verbalmente, estas situaciones han sido planteadas con la finalidad de fortalecer la expresión de emociones de manera acorde con una persona conocida, existe el temor de que su expresión emocional genere conflictos en la relación, la segunda situación implica la expresión de emociones con una persona desconocida, tal vez en esta situación no existe temor, no existe ningún vínculo que este afectado, pero el adolescente desconoce la posible respuesta del otro, por último, se presenta un escenario que permita la expresión de emociones, en primer lugar, se salvaguardar su vida (cruzar la vía), también, así estas situaciones permiten mejorar la habilidad para defender sus derechos. Posterior la facilitadora expone sobre el ensayo conductual y la técnica de la tortuga con la finalidad de capacitar a los adolescentes sobre técnicas en cuanto al manejo de emociones, una vez finalizada la exposición, se da lugar al ensayo a través de rol play, para ello la facilitadora solicita que los adolescentes formen un círculo y enumerarse del 1 al 2, una vez finalizada la enumeración cada adolescente, se reúne en su grupo según el número asignado, la facilitadora indica que cada grupo representa con un rol play cinco emociones, descritas en el presente plan, para esta actividades cuentan con 10 minutos, transcurrido el tiempo los adolescentes presentan su grupo con un nombre y una barra. Se da lugar al cierre del taller, para ello la facilitadora solicita a los adolescentes formar un círculo, en este espacio explica la tarea a casa que consiste en elaborar un escrito de reflexión sobre la dificultad que presenta para expresar emociones y cuan a menudo pierde el control. Se solicita a dos o tres adolescentes señalar el objetivo del taller, de manera continua, se abre un espacio para preguntas con la finalidad de aclarar inquietudes en los adolescentes, una vez satisfecha las dudas de los participantes, cada adolescente en orden describe en una sola palabra el aprendizaje obtenido del taller, la facilitadora realiza la despedida.</p>
Resultados a esperar	Se espera que los adolescentes aprendan sobre las emociones y la manera de expresarlas.

Séptima Semana			
Objetivo General:			
Aprender a formular y responder peticiones o quejas (Caballo, 2007; Kelly, 2010; Roca, 2014; ThemesDNA, 2021).			
Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividades	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada

20 min	Promover un ambiente participativo	Dinámica de caldeamiento: Bomba. Desarrollo: Los adolescentes forman un círculo de pie. Se les indica que cada uno, se enumere desde el cero. Si alguien tiene un número que terminé en 3 o su múltiplo grita Bomba. La palabra bomba motiva el cambio de lugares.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
5 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación por parte de los adolescentes sobre la reunión anterior.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
5 min	Presentar el taller	Presentación el contenido general del taller.	Humanos Plan de intervención
5 min	Socializar la finalidad del taller	Exposición la importancia de responder frente a una petición o queja.	Humanos Plan de intervención
30 min	Exponer la temática	Exposición de temática Beneficios de expresar los pensamientos ¿Qué sucede si decido no compartir mis pensamientos? La importancia de negarse frente a peticiones que consideramos incorrectas. Presiones del grupo y adaptación. Dar y seguir instrucciones. Reacciones físicas del estrés.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	Humano Infraestructura equipada e iluminada
30 min	Ejemplificar y aceptar rechazar peticiones.	Presentación de ejercicios: Desarrollo: Los adolescentes forman un círculo. Cada adolescente obtiene un papel de la bolsa (parte de un refrán). Los adolescentes completan el refrán entre sus compañeros. Conformado los 5 grupos, se trabaja en rol play las siguientes situaciones: “Eres el nuevo alumno en el colegio, unos compañeros te incluyen a su grupo y sales con ellos al receso. Durante el receso tus nuevos compañeros hablan sobre faltar a clases la siguiente hora. Al ser tu primer día en el	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Refranes Ejemplos

		<p>colegio no deseas actuar de manera equivocada pero tampoco deseas quedar mal frente a tus nuevos amigos. Tienes que rechazar esta petición y exponer tus opiniones”</p> <p>“Durante semanas has esperado la noche del baile, te has comportado adecuadamente en casa para obtener permiso y tus padres te indican que la hora de llegada a casa es las diez de la noche. En el baile la persona que te atrae, se acerca a ti, disfrutas el tiempo con esta persona y te pide que te quedes hasta el amanecer. Intentas explicarle a esta persona que su petición no es posible y a su vez esta persona intenta convencerte”.</p> <p>“Tus mejores amigos han planificado un partido de básquet en la noche, realmente deseas asistir al partido, pero sabes que el permiso es negado. Tus amigos intentan convencerte e incluso te proponen soluciones como escaparte de la casa sin que tus padres observen. Tus amigos te indican que si no acudes al partido dejaran de ser tus amigos. Tienes que rechazar esta petición sin perder a tus amistades”.</p> <p>“Actualmente atraviesas una crisis en tu relación amorosa. Tu pareja considera que sería adecuado tener relaciones sexuales. Tu no deseas dar este paso en la relación y lo expones a tu pareja, quien te advierte que si no dan este paso la relación termina. Niegas esta petición sin terminar la relación”.</p> <p>“Deseas acudir a una fiesta de una amiga, realmente quieres asistir, pero tus padres no te dan permiso. Ahora negocia con tus padres y realiza una petición”.</p> <p>Espacio para preguntas ¿Cuán difícil es rechazar una petición? ¿Qué aspectos influyen en la toma de una decisión? ¿Las convicciones influyen frente la presión del ambiente?</p>	
30 min	Exponer técnica	<p>Exposición sobre el reforzamiento</p> <p>Desarrollo:</p> <p>La facilitadora invita a los participantes a reflexionar sobre una situación cuya conducta social haya sido reforzada por el entorno.</p>	<p>Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Láminas en Power Point.</p>

		Una vez seleccionada la situación, los adolescentes lo representan por medio de una cartilla, imagen, frase, símbolo o lo que el adolescente considere pertinente. El adolescente presenta su trabajo al grupo.	Foamix, cartulinas, papel brillante, pegamento, tijeras.
10 min	Finalizar el taller	Cierre del taller Tarea a casa, se solicita al adolescente realizar peticiones en diferentes situaciones. Retroalimentación del objetivo del taller. Espacio para preguntas. Describir en una palabra aprendizajes sobre el taller. Despedida.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
Procedimiento	<p>El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y del personal del DECE. Se da lugar a la dinámica con la finalidad de promover un ambiente de confianza, para desarrollar la actividad de caldeamiento denominada “Bomba” la facilitadora solicita a los adolescentes que formen un círculo, para luego enumerarse desde el cero, los participantes cambian de lugar si el número termina en dígito de tres o su múltiplo, esta actividad tiene una duración de diez minutos, finalizado el tiempo, se realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior. Finalizada esta actividad, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos, la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del mismo. De manera continua, la facilitadora inicia con la exposición de la temática y aborda la importancia de expresar los pensamientos de manera adecuada, no expresar los pensamientos generan malestar significativo, a su vez aborda la importancia de negarse a peticiones que afectan al bienestar personal, como influyen la presión del grupo en la toma de decisiones y las afectaciones a nivel físico a causa del estrés, estas temáticas permiten a los adolescentes conocer sobre la presión del ambiente y la adaptación, al ser una etapa crítica debido a la búsqueda de identidad, los adolescentes experimentan múltiples situaciones donde muestran en escena sus habilidades sociales para negar peticiones a sus pares. Posterior y con la finalidad de brindar un espacio de respiro y evitar agotamiento, se da paso a una pausa activa que consiste en realizar actividades físicas de calentamiento. Seguido a la pausa activa, se realiza un trabajo grupal, para ellos los adolescentes forman un círculo y obtienen un papel de la bolsa que posee la facilitadora, esta bolsa contiene cinco refranes, sin embargo, cada refrán está dividido en cuatro partes, una vez que todos los participantes obtengan su papel la facilitadora explica que forman el refrán, esta acción permite al adolescente practicar sus habilidades sociales en cuanto solicitar información. Una vez, se haya logrado construir el refrán, la facilitadora entrega a cada grupo una situación que es representada en rol play, se han descrito cinco situaciones que permiten al adolescente entrenar para rechazar y elaborar una petición con la finalidad de manejar la presión del entorno de manera acorde sin que sus relaciones interpersonales estén afectadas, para desarrollar esta actividad tienen un tiempo de diez minutos, finalizado el tiempo los adolescentes presentan su rol play al grupo, finalizada la participación de cada grupo la facilitadora elabora las siguientes preguntas ¿Cuán difícil es rechazar una petición?, ¿Qué aspectos influyen en la toma de una decisión? y ¿ Las convicciones influyen frente la presión del ambiente?, estos cuestionamientos invitan al adolescente a reflexionar sobre la importancia de desarrollar habilidades sociales para rechazar una petición y evitar la influencia del entorno en toma de decisiones inadecuadas o que afecten a una área de desarrollo de la persona. Una vez finalizada la intervención de cada grupo la facilitadora expone sobre la técnica del reforzamiento, como</p>		

	<p>funciona esta técnica para la continuidad de conductas socialmente aprobadas, posterior a ello, la facilitadora indica a los participantes que trabajan de manera individual con diferentes materiales para representar una situación social donde su conducta haya sido reforzada. Para esta actividad los adolescentes colocan en escena su creación, por ejemplo, un adolescente con los materiales proporcionados dibuja una taza de café, en su exposición este participante indica que existió una situación en una cafetería donde el personal de dicho local había olvidado receptar su pedido, este joven llama la atención del personal y elabora la petición de ser atendidos, esta conducta fue felicitada y aprobada por sus acompañantes quienes ya deseaban salir de la cafetería por falta de atención. Otro ejemplo de esta actividad, se representa un signo musical, tal vez para la adolescente este símbolo le recuerda un baile donde había intentado acercarse a un chico que le atraía, motivada por sus amigas, se acerca al chico e inicia una conversación, esta situación ha sido reforzada por sus amigas. Estos ejemplos expuestos son una idea sobre el alcance de esta actividad, una vez que los adolescentes hayan elaborado su trabajo, de manera voluntaria exponen sobre el mismo, todos los adolescentes participan. Posterior a la participación de los adolescentes, la facilitadora solicita formar un círculo en el espacio, acto seguido, inicia el cierre del taller, para ello, se explica la tarea a casa que consiste que los adolescentes realicen peticiones en diferentes situaciones, dichas peticiones son registradas en su diario, se solicita a dos o tres adolescentes señalar el objetivo del taller, se abre un espacio para preguntas con la finalidad de aclarar inquietudes que han surgido en los adolescentes, una vez aclaradas las dudas de los participantes, cada adolescente en orden describe en una sola palabra el aprendizaje obtenido del taller, la facilitadora realiza la despedida.</p>
Resultados a esperar	Se espera que los adolescentes aprendan a formular y refutar peticiones.

Octava Semana			
Objetivo General: Finalizar el programa para fortalecer habilidades sociales (Caballo, 2007; Kelly, 2010; Roca, 2014).			
Responsables: Autoridades de la Unidad Educativa y facilitadora.			
Tiempo	Objetivo	Actividades	Recursos
5 min	Dar inicio al taller	Saludo y Bienvenida.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
20 min	Promover un ambiente participativo	Dinámica de caldeoamiento: Mi yo del ayer y de hoy. Desarrollo: Identificar su comportamiento social antes de la realización del programa. Mencionar frente al grupo que aspectos conductuales negativos utilizaba y que características ha modificado.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Papel Esfero
5 min	Evaluar compromisos	Retroalimentación por parte de los adolescentes sobre la reunión anterior.	Humanos Infraestructura equipada e iluminada
5 min	Presentar el taller	Presentación del contenido general del taller	Humanos

			Plan de intervención
5 min	Socializar la finalidad del taller	Revisión general de habilidades sociales.	Humanos Plan de intervención
30 min	Revisar de forma general componentes de habilidades sociales.	Exposición de temática Componentes de habilidades sociales. Conversaciones con desconocidos. Pedir ayuda y ayudar. Manejo de emociones y sentimientos. Elaborar y rechazar peticiones.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Computador portátil Proyector Plan de intervención Láminas en Power Point
5 min	Brindar un espacio de oxigenación.	Pausa activa	Humano Infraestructura equipada e iluminada
30 min	Poner en práctica el entrenamiento en habilidades sociales.	Los participantes hacen uso del modelado, exposición, retroalimentación, reforzamiento y rol play para ejemplificar el uso de habilidades sociales, en las siguientes situaciones: Iniciar un dialogo con un desconocido. Pedir ayuda y ayudar. Evitar una discusión con un compañero. Rechazar una petición.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención
20 min	Presentar el rol play al grupo.	Presentación de grupos Desarrollo: Presentar al grupo con un nombre. Crear una barra de presentación del grupo. Realizar el rol play. Concluir con una idea.	Humano Infraestructura equipada e iluminada
30 min	Finalizar el taller	Cierre del taller Realizar una carta sobre lo que han aprendido en el programa y como el programa ha aportado en su vida. ¿Qué, se lleva del programa? ¿Cómo aplicaría lo aprendido? Acuerdos y compromisos. Despedida.	Humano Infraestructura equipada e iluminada Plan de intervención Papel Esfero Colores Pegamento
Procedimiento	El taller inicia con la bienvenida por parte de la facilitadora y del personal del DECE. Posterior y con la finalidad de promover un ambiente de confianza, se da lugar a la dinámica de caldeamiento denominada “Mi yo del ayer y de hoy” para ello a		

	<p>facilitadora solicita a los participantes reflexionar sobre su comportamiento a nivel social, registrar cambios que ha observado y las ocasiones que ha utilizado las técnicas. Esta reflexión, se presenta en forma escrita, para esta actividad, se destina un tiempo de diez minutos, finalizado el tiempo la facilitadora indica al grupo que expone sus escritos principalmente señalar conductas negativas, las cuales, ha modificado. Esta actividad permite al adolescente ser consciente sobre sus avances o cambios en conductas sociales. Finalizada la dinámica, se realiza una evaluación general de compromisos, para ello y de forma voluntaria al menos tres participantes realizan una retroalimentación de la sesión anterior, para evaluar la tarea a casa, se solicita a los adolescentes dar lectura a su diario. De forma continua, se solicita a los adolescentes que retornen a sus asientos, la facilitadora da a conocer las actividades del taller con la finalidad de socializar el cronograma y el objetivo del mismo. Seguido la facilitadora inicia con la exposición de la temática y aborda de forma global los temas ya revisados en las anteriores sesiones, esto con la finalidad de realizar una revisión general de los temas aprendidos, se aborda los componentes de habilidades sociales, conversar con desconocido, pedir ayuda y ayudar, manejo de emociones y elaborar peticiones, estos aspectos de habilidades sociales le permiten al adolescente a desempeñarse adecuadamente. Con la finalidad de brindar un espacio de oxigenación, se da paso a una pausa activa de cinco minutos, se realiza ejercicios de fuerza y equilibrio. Posterior y con la finalidad de poner en práctica los adolescentes realizan un rol play que refleje el modelado, exposición, retroalimentación y reforzamiento. Se refleja en dos situaciones sociales, para ello, se conforma cuatro grupos por cinco integrantes. Para la creación de grupos la facilitadora solicita a los participantes formar un círculo y caminar por el espacio mientras recita la siguiente canción "Ahora navegas por el mar, el barco navega suavemente en las aguas, de repente surge una tormenta para subir a los botes salvavidas forman grupo de tres personas" nuevamente las personas vuelven a caminar sobre el espacio y la facilitadora repite la anterior canción y cambia el número de integrantes de los grupos, esta actividad, se repite por cuatro ocasiones hasta formar grupos de cinco personas. Una vez conformado los grupos la facilitadora les entrega los tópicos, que se representan entre, los cuales, se encuentran iniciar un dialogo, pedir ayuda, evitar una discusión y rechazar una petición. Estas situaciones han sido planteadas porque el adolescente en su vida cotidiana experimenta dichas situaciones, de esta forma entrena en estas situaciones y sabe cómo actuar. Para esta actividad, se destina un tiempo de treinta minutos, Finalizado el tiempo los grupos exponen su trabajo, para ello cada grupo, se presenta con un nombre y una barra, posterior representan el rol play que evidencien las técnicas aprendidas y posterior concluir con una idea. La facilitadora da lugar al cierre del taller, para ello solicita a los adolescentes que elaboren un sobre para una carta y que lo decoren con colores cálidos, para esta actividad poseen un tiempo de cinco minutos, finalizado el tiempo, los participantes escriben una carta para sí mismos, esta carta es sobre los aprendizajes del taller, de que manera el taller aportó a su vida, qué aspectos modificaron en su conducta, una vez finalizada la actividad, se indica a los adolescentes que guarden la carta en el sobre y la lean a futuro. Posterior los adolescentes forman un círculo y en orden responden las siguientes preguntas ¿Qué, se lleva del programa? y ¿Cómo aplicaría lo aprendido? Estas preguntas permiten conocer los aprendizajes adquiridos durante las sesiones. De forma continua, todos los participantes establecen acuerdos y compromisos, principalmente los compromisos, se basan en la aplicación de las técnicas para mejorar habilidades sociales, la facilitadora realiza la despedida.</p>
Resultados a esperar	Se espera finalizar con aprendizajes el programa para fortalecer habilidades sociales.

3.4. Cronograma de la propuesta de intervención

Talleres	Meses															
	Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Abordar la temática sobre habilidades sociales.	X	X														
Fortalecer habilidades sociales para interactuar con desconocidos.			X	X												
Abordar componentes que conforman un dialogo.					X	X										
Socializar sobre habilidades sociales avanzadas.							X	X								
Fortalecer habilidades para interactuar en grupos.									X	X						
Educar sobre la expresión adecuada de emociones.											X	X				
Aprender a formular y responder peticiones o quejas.													X	X		
Finalizar el programa para fortalecer habilidades sociales.															X	X

3.5. Limitaciones y prospectivas

La principal limitación que posee el presente plan de intervención, se relaciona con la pandemia por COVID-19, por lo cual, no se logró un contacto presencial con la población de estudio, a pesar de ello, se socializó el objetivo de la investigación y los reactivos psicológicos en modalidad online. Debido a la situación sanitaria y las restricciones sociales este proyecto presenta como limitación la aplicación del plan de intervención.

Otra limitación para ejecutar el plan de intervención es el apoyo del personal del departamento de conserjería estudiantil, debido a que el programa está destinado para realizarse en un tiempo de cuatro meses de forma diaria y presencial en instalaciones de la institución, se dificulta el apoyo continuo del profesional en psicología quien, se debe a sus obligaciones laborales.

La principal prospectiva del plan de intervención es la aplicación del mismo una vez que los adolescentes retornen a la modalidad presencial. Como segunda prospectiva, se espera que el presente plan de intervención sirva de guía para otros profesionales quienes hagan uso del mismo a nivel de provincia o nacional, con la finalidad de que dicho plan sea replicado.

CONCLUSIONES

Mediante la investigación realizada y con la obtención de los resultados, se concluye lo siguiente:

- A través de la revisión bibliográfica, se desarrolla la fundamentación teórica del presente proyecto de investigación, la misma que abordó aspectos generales y específicos sobre las habilidades sociales en adolescentes, se logra conocer que las habilidades sociales son aprendidas y por ende modificables en caso de que generan malestar a nivel personal y social, con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales. A su vez permite conocer los factores de riesgo a los que encuentran expuestos aquellos adolescentes que no poseen adecuadas habilidades sociales para interactuar con el entorno.
- Se diagnosticó las habilidades sociales a través de dos reactivos psicológicos, se conoce sobre las áreas personal, familiar, escolar, salud y económica. Mediante los reactivos, se obtuvo que en habilidades sociales predominó el nivel medio en la población de estudio, sin embargo, se encontró un porcentaje de adolescente que poseen un nivel bajo en habilidades sociales en áreas como interactuar con desconocidos, interactuar con las personas que me atraen, afrontar situaciones de hacer el ridículo, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos y habilidad para hacer frente al estrés, estas habilidades permiten a la persona interactuar a situaciones sociales.
- Una vez obtenido los resultados y tras haber identificado las áreas que los adolescentes presentan déficit, se diseñó un plan de intervención basado en la corriente cognitivo conductual, el mismo que permita fortalecer las habilidades sociales de la población participante que obtuvieron puntuaciones a nivel bajo y medio. El plan de intervención cuenta con temáticas, actividades, objetivos y técnicas encaminadas a fortalecer habilidades sociales en ocho sesiones, al ser

200 la población, cada sesión está conformada por veinte participantes, que se replica por diez ocasiones con la finalidad de generar una adecuada intervención en los participantes.

RECOMENDACIONES

- En primer lugar, se recomienda aplicar el plan de intervención en la unidad educativa con la finalidad de evaluar la funcionalidad del mismo mediante la observación, la aplicación de retest a la población. De igual forma, socializar y educar al personal de DECE sobre el plan de intervención con la finalidad que el mismo sea replicado a futuro con otros estudiantes.
- Se sugiere desarrollar e implementar un plan de intervención a largo plazo que sea empleado de forma estratégica como cátedra o actividades extracurriculares, con la finalidad de educar a los estudiantes sobre habilidades sociales y a su vez fortalecer habilidades poco usadas o que presenten déficit.
- Comunicar a la familia, representante legal y adolescentes los resultados de los reactivos si el participante lo desea, con la finalidad que el mismo y la familia sean conocedores sobre las fortalezas y déficit que presenta al momento de interactuar, en este punto es importante la familia debido a que es el primer grupo social del ser humano y de donde el adolescente adopta su conducta, por ende, se considera que si un adolescente presenta destrezas en habilidades sociales es debido a que su grupo familiar presenta habilidades al relacionarse con otros, y viceversa, un adolescente que utiliza agresión verbal para interactuar, se considera que dicha conducta es aprendida en la familia.
- Para futuras investigaciones, se recomienda utilizar una muestra más grande y con diferentes características sociodemográficas, en el presente estudio la mayor parte de la población posee un nivel económico estable, sería interesante estudiar las habilidades sociales en grupos de control con diferente estrato social y tipo de familia, con la finalidad de conocer si un nivel socioeconómico bajo y la disfuncionalidad familiar, se relacionan con déficit en habilidades sociales como retraimiento y agresividad.

- Los reactivos psicológicos utilizados no poseen una adaptación para la población ecuatoriana juvenil, por lo cual, se dificultó encontrar investigaciones a nivel nacional que hayan utilizado dichos reactivos, se sugiere estandarizar los reactivos a población juvenil o utilizar instrumentos validados en países cercanos.

BIBLIOGRAFÍA

- Acevedo, L., & Reyes, J. (2018). Habilidades sociales y autoestima en escolares de 1° a 4° de secundaria de un colegio nacional de la Molina. Perú. Retrieved from <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/627>
- Alberti, R., & Emmons, M. L. (2017). *Tu perfecto derecho: Asertividad e igualdad en tu vida y tus relaciones* (Décima). Impact Publishers.
- Amaral, M. P., Maia, F. J., & Medeiros, C. C. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 19(2), 17–38.
- Amezcu, J., Pichardo, M., & Fernández, E. (2002). Importancia del clima social familiar en la adaptación personal y social de los adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada: Revista de La Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 55(4), 575–590.
- Anguiano, S., Vega, C., Nava, C., & Soria, R. (2010). Las habilidades sociales en universitarios, adolescentes y alcohólicos en recuperación de un grupo de Alcohólicos Anónimos (AA). *Liberabit*, 16(1).
- Arriaga-Ramírez, J. C. P., Ortega-Saavedra, M. G., Meza, G., Huichán, F., Juárez, E., Rodríguez, A., & Cruz-Morales, S. (2006). Análisis conceptual del aprendizaje observacional y la imitación. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(1), 87–102.
- Ayuque, T. & Enriquez, M. (2020). Habilidades sociales en las estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de una institución educativa estatal de Huancavelica. Perú. Retrieved from <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3271>
- Banguero, H. R., Álvarez-Maestre, A. J., Blanco, L. M., Ruíz, J. E., & Pérez, C. A. (2019). Efectividad de un programa de intervención psicoeducativa para el fortalecimiento de las habilidades sociales en personas privadas de la libertad. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 449.
- Baquerizo, B., Geraldo, E., & Marca, G. (2016). Autoconcepto y Habilidades Sociales en los estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Puerto Pizana. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 1(2), 49–58. Retrieved from <http://www.upeu.edu.pe/mision-y-vision/>
- Barroso, E. (2019). Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de nivel Básica Superior de Unidad Mixta 31 de octubre Samborondón, Guayas, Ecuador 2018 (Vol. 58). Retrieved from <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/39779>

- Bernal, A., Rivas, S., & Urpí, C. (2012). *Educación Familiar: infancia y adolescencia* (Vol. 23). Madrid: Pirámide.
- Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A. K., Benavides, V., & Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. *Psicoespacios: Revista Virtual de La Institución Universitaria de Envigado*, 11(18), 1. <https://doi.org/10.25057/21452776.898>
- Blanco, C., Blanco, S., Ovallos, A., & Carrillo, S. (2018). Relación entre uso de redes sociales y habilidades sociales en estudiantes universitario de Cúcuta. Colombia. Retrieved from <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/3500>
- Blanco, Y., & CCorahua, N. (2019). Estilos de socialización parental y habilidades sociales en estudiantes de tercer grado de una institución educativa pública, Arequipa, 2018. Lima. Retrieved from <https://repositorio.utesup.edu.pe/handle/UTELESUP/530>
- Blasco, M. C. (2015). El consentimiento informado del menor de edad en materia sanitaria. *Revista de Bioética y Derecho*, 1(35), 32–42. <https://doi.org/10.1344/rbd2015.35.14279>
- Caballero, S. V., Contini, N., Lacunza, A. B., Mejail, S., & Coronel, P. (2018). Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico: Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán (Argentina). *Cuadernos de La Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad Nacional de Jujuy*, (53), 183–203.
- Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (Séptima). España: Siglo XXI.
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., & España, E. (2017). Desarrollo y validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las habilidades sociales: El cuestionario de habilidades sociales (CHASO). *Psicología Conductual*, 25(1).
- Caballo, V. E., Salazar, I., Irurtia, M. J., Olivares, P., & Olivares, J. (2014). Relación de las habilidades sociales con la ansiedad social y los estilos/trastornos de la personalidad. *Psicología Conductual*, 22(3), 401–422.
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Antona, C., Bas, P., Irurtia, M. J., Piqueras, J. A., & Salavera, C. (2018). La autoestima y su relación con la ansiedad social y las habilidades sociales. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 26(1).
- Cacho, Z. V., Silva, M. G., & Yengle, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Transformación*, 15(2), 186–205.
- Cardona, A. (2020). Factores implicados en el fracaso escolar de adolescentes con conducta delictiva. *Revista Criminalidad*, 62(2), 219–232.

- Chambi, S., & Sucari, B. (2017). Adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios de la Institución Educativa Privada Claudio Galeno, Juliaca 2017. Retrieved from https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/664/Santiago_Tesis_bac_hiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chan, T. (2015). Un problema de comunicación. Australia. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=WLC-9c1VViE>
- Chávez-Becerra, M., & Aragón-Borja, L. (2017). Habilidades sociales y conductas de bullying. *Revista Digital de Internacional de Psicología y Ciencias de La Salud*, 3(1). Retrieved from <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10450491003>
- Choque-Larrauri, R., & Chirinos-Cáceres, J. L. (2009). Eficacia del programa de habilidades para la vida en adolescentes escolares de Huancavelica, Perú. *Revista de Salud Pública*, 11(2), 169–181. <https://doi.org/10.1590/s0124-00642009000200002>
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia* (Cuarta). Madrid: Morata.
- Contini, N., Betina, A., & Esterkind, A. (2013). Habilidades sociales en contextos urbanos y rurales. Un estudio comparativo con adolescentes. *Psicogente*, 16(29), 103–117.
- Córdova, B. M. (2018). Programa de Goldstein en el desarrollo de las habilidades sociales en alumnos del sexto grado de primaria en la Institución Educativa N° 1073 “Hermán Buse de la Guerra.” Perú.
- Coronel, C. P., Levin, M., & Mejail, S. (2011). Las habilidades sociales en adolescentes tempranos de diferentes contextos socioeconómicos. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(1), 241–262. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v9i23.1436>
- Dávila, R. (2018). Programa de actividades lúdicas para desarrollar habilidades sociales. *Revista USS Hacedor*, 2(1), 77–87.
- Daza, E. (2017). Adaptación de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein en Ecuador. Ecuador. Retrieved from <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/12870/1/T-UCE-0007-PPS010.pdf>
- Díaz, D., Fuentes, I., & Senra, N. (2018). Adolescencia y autoestima: Su desarrollo desde las instituciones educativas. *Conrado*, 14(64), 98–103.
- Díaz, K. R. (2017). Autoestima y habilidades sociales en estudiantes del quinto de secundaria, Red 2 - Ugel 1, San Juan de Miraflores, 2017.

- Domínguez, J. A., & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 5. <https://doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Esteves, A. R., Paredes, R. P., Calcina, C. R., & Yapuchura, C. R. (2020). Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 11(1), 16–27. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>
- Ferreira, Y., & Reyes, P. M. (2011). Programa de Intervención en Habilidades Sociales para reducir los niveles de acoso escolar entre pares o bullying. *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UCBSA*, 9(2), 264–283.
- Flores, E. S. (2020). Estudio de las habilidades sociales en estudiantes universitarios. Caso: Estudiantes de ingeniería empresarial de la Escuela Politécnica Nacional. Ecuador. Retrieved from <https://bibdigital.epn.edu.ec/bitstream/15000/21067/1/CD%2010583.pdf>
- Flores, E., García, M., Calsina, W., & Yapuchura Sayco, A. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la universidad nacional del altiplano – puno. *COMUNI@CIÓN: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 7(2).
- Frost, D., Madero, A., Salomon, S. M., Velasco, D. M., Riveros, E. F., & Méndez, C. (2021). Efecto de una guía de intervención grupal en las habilidades sociales, en una muestra de adolescentes colombianos. *Informes Psicológicos*, 21(2), 125–143. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n2a08>
- García, A. (2015). *Comunicación no verbal y mensajes de navidad: Juan Carlos I (2013) y Felipe VI (2014)*. Barcelona.
- García, A., & Méndez, C. (2017). El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria. *Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 16(30), 151–164. <https://doi.org/10.21703/rexe.2017301511648>
- García, C. (2005). Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Liberabit*, (11), 63–74.
- Goldstein, A. (2002). Escala de evaluación de las habilidades sociales. In *Biblioteca de Psicometría* (Vol. 1).
- González, C. M., Guevara-Benítez, Y., Vargas, N., Ortiz, I. V., & García, R. (2020). Habilidades Sociales y Autoestima en Niños Escolarizados Mexicanos. Su Relación con Prácticas Parentales. *European Scientific Journal ESJ*, 16(34). <https://doi.org/10.19044/esj.2020.v16n34p144>
- Gutiérrez, M., & López, J. E. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes. *Revista Española de*

Orientación y Psicopedagogía, 26(2), 42–58.
<https://doi.org/10.5944/reop.vol.26.num.2.2015.15215>

- Guzmán, M. C. (2018). Desarrollo de habilidades sociales a través de actividades lúdicas en los niños de 3 años en el centro infantil Cumbaya Valley. *Conrado*, 14(64).
- Hernández, R., Collado, C., & Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación. In *Metodología de la Investigación (Sexta)*. México: Interamericana S.A.
- Herrera-Lozano, J., & Musi, B. (2020). Evaluación de un programa piloto para desarrollar la conducta prosocial en niños de edad escolar. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 6(2), 1–17.
<https://doi.org/10.22402/j.rdipycs.unam.6.2.2020.270.355-371>
- Hidalgo, M., Redondo, A., & Castellano, G. (2012). *Medicina de la adolescencia. Atención integral (Segunda)*. Madrid: Ergon.
- IAPA. (2018). *Habilidades para la vida*. México. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=AdFCmJwMfgo&t=197s>
- Iman, M. (2019). Habilidades sociales en estudiantes del sexto grado de primaria de una institución educativa pública de Callao. Lima. Retrieved from <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3582>
- Isaza, L. (2018). Las prácticas educativas familiares en el desarrollo de habilidades sociales de niños y niñas entre dos y cinco años de edad en la ciudad de Medellín. *Encuentros*, 16(1), 78–90. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15665/v16i01.635>
- Jaimes, C., Cruz, L., Vega, E., Balladares, P., & Matha, H. (2019). Habilidades sociales en estudiantes adolescentes de un centro preuniversitario de Lima Norte. *Health Care & Global Health*, 3(1), 39–43. Retrieved from <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Habilidadessocialesyrendimientoacadmico.pdf>
- Kelly, J. (2010). *Entrenamiento de las habilidades sociales: guía práctica para intervenciones (Octava)*. Bilbao: Desclée de Brouwer S.A.
- Lacal, L. P. (2009). *Teorías De Bandura Aplicadas al Aprendizaje. Innovación y Experiencias Educativas*, (22). Retrieved from <https://docplayer.es/15894492-Teorias-de-bandura-aplicadas-al-aprendizaje.html>
- Londoño, D. A., & Henao. D. (2019). *Relación entre las habilidades sociales y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Corporación Escuela Empresarial de Educación Medellín 2019*.
- López-Mero, P. J., & Pibaque-Tigua, M. C. (2018). Familias monoparentales y el desarrollo social en los adolescentes. *Dominio de Las Ciencias*, 4(3), 152–162.
<https://doi.org/10.23857/dc.v4i3.799>

- Mendoza, B., & Maldonado, V. (2017). Acoso escolar y habilidades sociales en alumnado de educación básica. *CIENCIA Ergo Sum*, 24(2), 109–116. <https://doi.org/10.30878/ces.v24n2a2>
- Mira, J. G., Parra-Meroño, M., & Beltrán, M. A. (2017). Educación emocional en la universidad: propuesta de actividades para el desarrollo de habilidades sociales y personales. *Vivat Academia*, 0(139). <https://doi.org/10.15178/va.2017.139.1-17>
- Morales, L. (2013). Habilidades sociales que se relacionan con las conductas de riesgo en adolescentes de la institución educativa Fortunato Zora Carbajal Tacna. Retrieved from <http://redi.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/422/TG0192.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, C., Sandstede, M. J., & Klimenko, O. (2017). Factores de riesgo y de protección para el consumo de drogas en los estudiantes del Instituto de Filosofía de la Universidad de Antioquia, 2016. *Psicoespacios*, 11(18). <https://doi.org/10.25057/21452776.899>
- Núñez, C. E., Hernández, V. S., Jerez, D. S., Rivera, D. G., & Núñez, M. W. (2018). Las habilidades sociales en el rendimiento académico en adolescentes. *Revista de Comunicación de La SEECI*, 0(47), 37–49. <https://doi.org/10.15198/seeci.2018.0.37-49>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). El desarrollo en la adolescencia. Retrieved November 22, 2020, from OMS website: <https://www.who.int/es>
- Osorio, L. (2019). Habilidades sociales y resiliencia en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “Chillia”- La Libertad, 2019. Perú. Retrieved from <https://hdl.handle.net/20.500.12692/41495>
- Peña, B. (2015). *La observación como herramienta científica*. Madrid: ACCL.
- Peñafiel, E., & Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. España: Editex.
- Pizarro, R. A., & Salazar, H. (2019). Relación entre el clima social familiar y habilidades sociales en adolescentes trabajadores que asisten a dos escuelas públicas de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica Herediana*, 11(2), 42–51. <https://doi.org/10.20453/rph.v11i2.3628>
- Puentes, P., Jiménez, G., Pineda A, W., Pimienta, D., Acosta, J., Cervantes, M., ... Sánchez, M. (2014). Déficit en Habilidades Sociales en Niños con Trastorno por Déficit de Atención-Hiperactividad, Evaluados con la Escala BASC. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(1). <https://doi.org/10.15446/rcp.v23n1.34332>
- Ramírez, R. I., & Hugueth, A. (2017). Modelo de comunicación productiva para las organizaciones de salud pública en Venezuela. *Opción*, 33(83), 305–335.

- Rebaque, A., García, R., Blanco, J., García, M. A., & Caso, A. M. D. (2019). Las habilidades sociales en el ámbito escolar como herramienta motivacional en los niños y niñas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 3(1). <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v3.1453>
- Redondo-Pacheco, J., Parra-Moreno, J. S., & Luzardo-Briceño, M. (2015). Efectos comportamentales de un programa de habilidades sociales en jóvenes de 14 a 18 años en situación de vulnerabilidad. *Pensando Psicología*, 11(18). <https://doi.org/10.16925/pe.v11i18.1003>
- Ricoy, C. (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación. *Educação. Revista Do Centro de Educação*, 31(1), 11–22.
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional (Cuarta)*. Valencia: ACDE Ediciones.
- Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de Corte Transversal. *Revista Médica Sanitas*, 21(3), 141–146. <https://doi.org/10.26852/01234250.20>
- Rosales, R., Guizado, F., Salvatierra, Á., Juño, K. M., & Mescua, A. C. (2020). Programa de desarrollo personal para el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria. *PSIQUEMAG/ Revista Científica Digital de Psicología*, 9(1), 102–117. <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v9i1.2497>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 13(1), 102–122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, L. (2018). Diseño de una propuesta de intervención para mejorar las habilidades sociales en alumnos con TDAH. *Revista Reflexión e Investigación Educativa*, 1(1), 83–91.
- Santana, L. E., Garcés, Y., & García, L. (2018). Incidencia del entorno en el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes en riesgo de exclusión. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, (20), 7–22. <https://doi.org/10.17561/reid.n20.1>
- Sartori, M. S., & López, M. C. (2016). Habilidades sociales: Su importancia en mujeres con diagnóstico de Síndrome de Turner. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1055–1067. <https://doi.org/10.11600/1692715x.14212160115>
- Sipión, E. (2020). Programa de sensibilización para el desarrollo de habilidades socioemocionales en estudiantes de terapia física y rehabilitación del CETPRO Peruano Canadiense. Perú. Retrieved from <https://hdl.handle.net/20.500.12692/50660>

- Sosa, S. S., & Salas-Blas, E. (2020). Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes secundarios de San Luis de Shuaro, La Merced. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 11(1), 40–50. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.394>
- ThemesDNA. (2021). Dinámicas grupales Técnicas de grupo. Retrieved November 1, 2021, from <https://dinamicasgrupales.com.ar/category/dinamicas/caldeamiento-rompehielo/>
- Vargas, D. E., Jiménez, W. A., & Durán, J. M. (2018). Acoso escolar y habilidades sociales: aproximación a la problemática. Colombia: Los Libertadores Fundación Universitaria.
- Vargas, Z. (2009). La Investigación aplicada: Una forma de conocer las realidades con evidencia científica. *Revista Educación*, 33(1), 155–165. <https://doi.org/10.15517/revedu.v33i1.538>
- Viracocha, C. A. (2017). Uso de dispositivos móviles y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes. Quito. Retrieved from <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/12753/1/T-UCE-0007-PC009-2017.pdf>
- Vitriol, V., Cancino, A., Leiva-Bianchi, M., Serrano, C., Ballesteros, S., Potthoff, S., ... Asenjo, A. (2017). Depresión adulta y experiencias infantiles adversas: Evidencia de un subtipo depresivo complejo en consultantes de la atención primaria en Chile. *Revista Médica de Chile*, 145(9), 1145–1153. <https://doi.org/10.4067/s0034-98872017000901145>
- Vived, E. (2011). Habilidades sociales, autonomía personal y autorregulación. In *Habilidades sociales, autonomía personal y autorregular (Primera, Vol. 194)*. España: Prensas de la Universidad de Zaragoza.
- Zavala, M. A., Valadez, M. D., & Vargas, M. C. (2017). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(15), 319–338. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1291>
- Zumba, D. M. (2017). Disfuncionalidad familiar como factor determinante de las habilidades sociales en adolescentes de la fundación Proyecto Don Bosco. Ambato. Retrieved from <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1941>

ANEXO II. Lista de chequeo de habilidades sociales

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre:.....Edad:.....
.....

Año de estudio:.....Centro Educativo:.....

INSTRUCCIONES

Las proposiciones de la presente lista, se refieren a experiencias de la vida diaria, de tal modo que describan como usted, se comporta, siente, piensa y actúa. No es un test clásico, dado que no hay respuestas correctas ni incorrectas, todas las respuestas son válidas.

Encierra en un círculo la respuesta que más crea conveniente:

Marque 1 si su respuesta es NUNCA. Marque 2 si su respuesta es MUY POCAS VECES. Marque 3 si su respuesta es ALGUNA VEZ. Marque 4 si su respuesta es A MENUDO. Marque 5 si su respuesta es SIEMPRE. Responda rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas.

	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Presta atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que le están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3. ¿Habla con otras personas sobre cosas que le interesan a los demás?	1	2	3	4	5
4. ¿Determina la información que necesita y, se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Permite que los demás sepan que agradece los favores, etc.?	1	2	3	4	5
6. ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Ayuda a que los demás, se conozcan entre sí?	1	2	3	4	5
8. ¿Le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5

9. ¿Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10. ¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?	1	2	3	4	5
15. ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?	1	2	3	4	5
16. ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	1	2	3	4	5
17. ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intenta comprender el enfado de la otra persona?	1	2	3	4	5
19. ¿Permite que los demás sepan, que se interesa o, se preocupa por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Piensa por qué está asustado y hace algo para disminuir su miedo?	1	2	3	4	5
21. ¿Se dice a si mismo o hace cosas agradables cuando, se merece una recompensa?	1	2	3	4	5
22. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pide a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayuda a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Llega a establecer un sistema que le satisfaga tanto como a quienes sostienen posturas diferentes?	1	2	3	4	5
26. ¿Controla su carácter de modo, que no se "escapan las cosas de la mano"?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cuál es su postura?	1	2	3	4	5
28. ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás le hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Se mantiene al margen de situaciones que le puedan ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31. ¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar solución?	1	2	3	4	5
32. ¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?	1	2	3	4	5

33. ¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y, luego, hace algo para sentirse mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiesta a los demás que han tratado injustamente a un amigo?	1	2	3	4	5
37. ¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?	1	2	3	4	5
38. ¿Comprende la razón, por la cual, ha fracasado en una determinada situación y que puede hacer para tener más éxito en el futuro?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoce y resuelve la confusión, que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen o hacen otras, que se contradicen?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprende lo que significa una acusación y porqué, se la han hecho y, luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le ha hecho la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42. ¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43. ¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5
44. ¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5
45. ¿Toma decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Resuelve que necesita saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determina de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que debería solucionar primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Se organiza y, se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5

ANEXO III. Cuestionario de habilidades sociales (CHASO III)

APÉNDICE

Código: _____ Edad: _____ Mujer Hombre Estudios/Profesión: _____ Pareja: Sí No

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES (CHASO)

(Caballo, Salazar, Iruña y Equipo de Investigación CISO-A, 2016)

El siguiente cuestionario ha sido construido para proporcionar información sobre la forma como Ud. actúa normalmente, reflejando la probabilidad con la que llevaría a cabo la conducta en caso, que se presentara la ocasión. Responda señalando con una **X** en la casilla correspondiente el grado en que cada uno de los comportamientos incluidos en el cuestionario son característicos o propios de usted, conforme a la siguiente puntuación:

1	2	3	4	5
Muy poco característico de mí	Poco característico de mí	Moderadamente característico de mí	Bastante característico de mí	Muy característico de mí

Por favor, no deje ningún ítem sin contestar y hágalo de manera **sincera**, no se preocupe porque no existen respuestas correctas o incorrectas. Muchas gracias por su colaboración.

1. Pedir disculpas cuando mi comportamiento ha molestado a otra persona	1	2	3	4	5
2. Pedir que baje la voz a alguien que está hablando demasiado alto en el cine	1	2	3	4	5
3. Mantener la calma cuando me he equivocado delante de otras personas	1	2	3	4	5
4. Decir a alguien, no se cuele en la fila	1	2	3	4	5
5. Pedir a una persona que me atrae que salga conmigo	1	2	3	4	5
6. Decir a otra persona que respete mi turno de palabra	1	2	3	4	5
7. Disculparme cuando me equivoco	1	2	3	4	5
8. Decir que "no" cuando no quiero prestar algo que me piden	1	2	3	4	5
9. Decir a una persona que me atrae que me gustaría conocerla mejor	1	2	3	4	5
10. Mantener la calma cuando me hacen una broma en público	1	2	3	4	5
11. Decir a otra persona que deje de molestar o de hacer ruido	1	2	3	4	5
12. Responder a una pregunta de un profesor en clase o de un superior en una reunión	1	2	3	4	5
13. Invitar a salir a la persona que me gusta	1	2	3	4	5
14. Hablar en público ante desconocidos	1	2	3	4	5
15. Mantener la calma ante las críticas que me hacen otras personas	1	2	3	4	5

16. Decir que me gusta a una persona que me atrae	1	2	3	4	5
17. Hablar ante los demás en clase, en el trabajo o en una reunión	1	2	3	4	5
18. Salir con gente que casi no conozco	1	2	3	4	5
19. Pedir disculpas a alguien cuando he herido sus sentimientos	1	2	3	4	5
20. Insistir en saludar a alguien cuando antes no me ha respondido	1	2	3	4	5
21. Dar una expresión de cariño (besos, abrazos, caricias) a personas que quiero	1	2	3	4	5
22. Asistir a una fiesta donde no conozco a nadie	1	2	3	4	5
23. Mantener la calma al hacer el ridículo delante de otras personas	1	2	3	4	5
24. Participar en una reunión con personas de autoridad	1	2	3	4	5
25. Responder a una crítica injusta que me hace una persona	1	2	3	4	5
26. Expresar una opinión diferente a la que expresa la persona con la que estoy hablando	1	2	3	4	5
27. Hablar con gente que no conozco en fiestas y reuniones	1	2	3	4	5
28. Responder a una crítica que me ha molestado	1	2	3	4	5
29. Mantener una posición contraria a la de los demás si creo que tengo razón	1	2	3	4	5
30. Dar una expresión de apoyo (abrazo, caricia) a una persona cercana cuando lo necesita	1	2	3	4	5
31. Mostrar afecto hacia otra persona en público	1	2	3	4	5
32. Pedir explicaciones a una persona que ha hablado mal de mí	1	2	3	4	5
33. Hacer cumplidos o elogios a la persona que quiero	1	2	3	4	5
34. Rechazar una petición que no me agrada	1	2	3	4	5
35. Mantener una conversación con una persona a la que acabo de conocer	1	2	3	4	5
36. Decir que "no" cuando me piden algo que me molesta hacer	1	2	3	4	5
37. Si alguien ha hablado mal de mí, le busco cuanto antes para aclarar las cosas	1	2	3	4	5
38. Decir que "no" ante lo que considero una petición poco razonable	1	2	3	4	5
39. Pedir disculpas cuando me dicen que he hecho algo mal	1	2	3	4	5
40. Pedir explicaciones a una persona que me ha negado el saludo	1	2	3	4	5

© Fundación VECA (reservados todos los derechos). El cuestionario puede utilizarse para propósitos clínicos y de investigación sin autorización previa. No obstante, queda totalmente prohibida su publicación total o parcial por cualquier medio (electrónico, impreso, etc.) sin previa autorización por escrito de la Fundación VECA.

Instrucciones para la corrección del CHASO y las habilidades que evalúa:

Habilidad 1: *Interactuar con desconocidos* (Suma de los ítems 18, 22, 27 y 35)

Habilidad 2: *Expresar sentimientos positivos* (Suma de los ítems 21, 30, 31 y 33)

Habilidad 3: *Afrontar las críticas* (Suma de los ítems (Suma de los ítems 25, 26, 28 y 29)

Habilidad 4: *Interactuar con las personas que me atraen* (Suma de los ítems 5, 9, 13, 16)

Habilidad 5: *Mantener la calma ante las críticas* (Suma de los ítems 3, 10, 15 y 23)

Habilidad 6: *Hablar en público/Interactuar con superiores* (Suma de ítems 12, 14, 17, 24)

Habilidad 7: *Afrontar situaciones de hacer el ridículo* (Suma de los ítems 20, 32, 37, 40)

Habilidad 8: *Defender los propios derechos* (Suma de los ítems 2, 4, 6 y 11)

Habilidad 9: *Pedir disculpas* (Suma de los ítems 1, 7, 19 y 39)

Habilidad 10: *Rechazar peticiones* (Suma de los ítems 8, 34, 36 y 38)

Puntuación total: Suma de todos los ítems del cuestionario.

ANEXO IV. Ficha sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Lea detenidamente cada una de las indicaciones y complete la información requerida en la respuesta que corresponda con una X.

Ítems	Opciones de respuesta
1. Género	Masculino Femenino
2. Edad	
3. Ciudad de Procedencia	
4. Ciudad actual de residencia	
5. Sector de domicilio	Rural Urbano
6. Identificación étnica	Mestizo Indígena Blanco Afroecuatoriano
7. Estado civil	Soltero Casado Unión libre
8. Identificación religiosa	Católico Cristiano/Evangélico Testigo de Jehová Mormón Ateo Otra identificación
9. ¿Con quién vive actualmente?	Solo Padres Otros ¿Quién?
10. A qué tipo de familia perteneces	Familia biparental Familia monoparental Familia reconstituida Familia de acogida Familia adoptiva Familia extensa Familia homoparental
11. ¿Usted posee en la actualidad alguna NNE o vulnerabilidad? (Si su respuesta es No pasar a la pregunta 13)	Si No
12. Indique cual.	
13. ¿Ha sido diagnosticado por un profesional en salud mental (psicólogo o psiquiatra)?	Si No
14. Rendimiento académico	Excelente (9.00-10.00) Muy buena (7.00-8.99) Buena (4.01-6.99) Regular (menos de 4.00)
15. ¿Qué año educativo cursa?	Octavo Noveno Décimo Primero de Bachillerato

	Segundo de Bachillerato Tercero de Bachillerato
16. ¿Cómo consideras la situación económica de tu familia?	Mala Regular Buena Muy buena
17. Situación académica y laboral del estudiante (si su respuesta es la opción uno, usted ha finalizado con esta encuesta)	Estudio y no trabajo Estudio y trabajo
18. ¿Cuántos días trabaja por semana?	
19. ¿Cuántos horas trabaja a la semana?	1-3 horas 4-6 horas Más de 6 horas
¡Gracias por participar!	