



**Universidad Nacional  
Federico Villarreal**

**Vicerrectorado de  
INVESTIGACIÓN**

## **Facultad de Psicología**

**Programa de intervención en habilidades sociales en estudiantes  
de la facultad de ingeniería civil de una universidad pública de Lima**

Tesis para optar título profesional de Licenciada en Psicología con mención  
en Psicología Clínica

### **AUTORA**

Quiñones Vega, Katherin Paola

### **ASESOR**

De La Cruz Valdiviano, Carlos

### **JURADO**

Silva Díaz, Belizardo

Torres Negreiros, Eleodora

Flores Vásquez, María Elizabeth

**LIMA – PERÚ**

**2019**

## **Dedicatoria**

A mis padres que me han ayudado en cada momento de mi vida, a mi hermana por haberme brindado confianza, a mi esposo e hijos por darme su amor y motivos para continuar con esta gran carrera profesional

## **Agradecimientos**

A mis profesores, amigos, personal que labora en mi alma mater Universidad Nacional Federico Villareal donde puede obtener un mayor conocimiento durante estos años de formación.

# Índice

|   |    |
|---|----|
| Dedicatoria.....  | 2  |
| Agradecimientos .....   | 3  |
| Índice .....  | 4  |
| Índice de tablas .....  | 7  |
| Índice de figuras .....   | 8  |
| Resumen .....   | 9  |
| Capítulo I: Introducción.....                                     | 13 |
| 1.1 Descripción y formulación del problema.....                   | 17 |
| 1.2 Antecedentes de investigación: nacional e internacional ..... | 18 |
| 1.2.1 Antecedentes de programas aplicados .....                   | 18 |
| 1.2.2 Antecedentes relacionadas al tema .....                     | 23 |
| 1.3 Objetivos.....  | 26 |
| 1.3.1 Objetivo General.....                                       | 26 |
| 1.3.2 Objetivos Específicos .....                                 | 26 |
| 1.4 Justificación en importancia .....                            | 27 |
| 1.5 Hipótesis .....   | 29 |
| 1.5.1 Hipótesis General.....                                      | 29 |
| 1.5.2 Hipótesis Específicas .....                                 | 29 |
| Capítulo II: Marco teórico .....                                  | 32 |

|  |    |
|--|----|
| 2.1 Bases teóricas sobre el tema de investigación .....  | 32 |
| 2.1.1 Definición de términos .....   | 32 |
| 2.1.2 Características generales de las habilidades sociales.....                                   | 33 |
| 2.1.3 Componentes de las habilidades sociales .....  | 34 |
| 2.1.4 Modelos teóricos de las habilidades sociales.....  | 36 |
| 2.1.4.1 Teoría del aprendizaje social .....  | 36 |
| 2.1.4.2 Teoría de los Modelos interaccionistas o interactivos de las<br>habilidades sociales ..... | 37 |
| 2.1.4.3 El análisis experimental de la ejecución social.....                                       | 38 |
| Capítulo III: Metodología .....  | 40 |
| 3.1 Tipo de investigación.....   | 40 |
| 3.2 Ámbito temporal y espacial .....   | 41 |
| 3.3 Variables .....  | 41 |
| 3.3.1 Variable de control .....  | 41 |
| 3.4 Población y muestra.....   | 41 |
| 3.4.1 Población .....  | 41 |
| 3.4.2 Muestra .....  | 42 |
| 3.4.3 Tipo de Muestreo .....   | 43 |
| 3.5 Instrumentos .....   | 43 |
| 3.5.1 Ficha de datos sociodemográficos .....   | 43 |
| 3.5.2 Lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein.....                                   | 44 |

|   |    |
|---|----|
| 3.5.2.1 Validez y confiabilidad .....   | 45 |
| 3.6 Procedimientos .....  | 48 |
| 3.7 Análisis de datos .....   | 49 |
| Capítulo IV: Resultados.....  | 51 |
| 4.1 Propiedades psicométricas de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales<br>de Goldstein (1980) ..... | 51 |
| 4.1.1 Confiabilidad .....   | 51 |
| 4.1.2 Validez.....  | 52 |
| 4.2 Análisis descriptivo de la muestra .....  | 53 |
| 4.3 Análisis comparativo de la muestra de la variable habilidades sociales ..                             | 55 |
| 4.3.1 Prueba de normalidad K-S ( <i>Kolmogorov-Smirnov</i> ) .....  | 55 |
| 4.3.2 Prueba de Hipótesis General.....  | 56 |
| 4.3.3 Pruebas de hipótesis Específicas .....  | 59 |
| Capítulo V: Discusión.....  | 68 |
| Conclusiones.....   | 73 |
| Recomendaciones .....   | 74 |
| Referencias .....   | 75 |
| Anexos .....  | 81 |

## Índice de tablas

|               |    |
|---------------|----|
| Tabla 1.....  | 42 |
| Tabla 2.....  | 43 |
| Tabla 3.....  | 46 |
| Tabla 4.....  | 47 |
| Tabla 5.....  | 51 |
| Tabla 6.....  | 52 |
| Tabla 7.....  | 53 |
| Tabla 8.....  | 54 |
| Tabla 9.....  | 56 |
| Tabla 10..... | 57 |
| Tabla 11..... | 58 |
| Tabla 12..... | 59 |
| Tabla 13..... | 60 |
| Tabla 14..... | 61 |
| Tabla 15..... | 62 |
| Tabla 16..... | 63 |
| Tabla 17..... | 64 |
| Tabla 18..... | 66 |

## Índice de figuras

|               |    |
|---------------|----|
| Figura 1..... | 54 |
| Figura 2..... | 55 |
| Figura 3..... | 58 |
| Figura 4..... | 66 |



# **Programa de intervención de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil de una universidad pública de Lima**

Katherin Paola Quiñones Vega

**Universidad Nacional Federico Villarreal**

## **Resumen**

Este trabajo de investigación tuvo como objetivo estudiar la efectividad de un programa de intervención sobre las habilidades sociales en dos grupos para los análisis correspondientes, el primer grupo lo conformaron 57 universitarios participantes (grupo experimental) y el segundo grupo lo constituyeron 50 universitarios (grupo control). Los sujetos tenían entre 16 y 23 años de edad y eran ingresantes del año 2017 I, es decir, pertenecían al primer ciclo de estudios en la facultad de ingeniería civil de una universidad pública y estaban ubicados en las secciones G,H, los cuales conformaron el grupo experimental y en las secciones I, J, quienes conformaban el grupo control. Para esta investigación se usó como instrumento de medición la Lista de Chequeo de Evaluación de Habilidades Sociales de Golstein (1980), traducida y adaptada al español por Ambrosio Tomás (1994-1995) en Perú. La aplicación pretest y postest en los dos grupos de estudios mencionados (antes y después de la aplicación del programa de intervención) nos indica que fue un estudio de diseño experimental del tipo cuasi experimental. En el pretest los resultados obtenidos en ambos grupos permitieron evidenciar que los universitarios presentan mayor frecuencia de niveles bajos y

moderados de habilidades sociales, luego de la aplicación del programa se obtuvo mejoras muy significativas ( $p < 0,01$ : primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, y habilidades de planificación) y significativas ( $p < 0,005$ : habilidades para hacer frente al estrés) incrementándose el nivel alto de habilidades sociales en el grupo experimental de 22,8% a un 43,9%, lo cual evidencia la efectividad del programa de habilidades sociales.

*Palabras Claves:* Habilidades sociales, programa, estudiantes universitarios, ingeniería civil.

**Program of social skills in students of the faculty of civil engineering of a public  
university of Lima**

Katherin Paola Quiñones Vega

**National University Federico Villarreal**

**Abstract**

This research work aimed to study the effectiveness of an intervention program on social skills in two groups for the corresponding analyzes, the first group was made up of 57 participating university students (experimental group) and the second group was made up of 50 university students (group control). The subjects were between 16 and 23 years old and were entering the year 2017 I, that is, they belonged to the first cycle of studies in the faculty of civil engineering of a public university and were located in sections G, H, which formed the experimental group and in sections I, J, who made up the control group. For this research, the Golstein Social Skills Assessment Checklist (1980), translated and adapted into Spanish by Ambrosio Tomás (1994-1995) in Peru, was used as a measuring instrument. The pretest and posttest application in the two groups of studies mentioned (before and after the application of the intervention program) indicates that it was an experimental design study of the quasi-experimental type. In the pretest, the results obtained in both groups allowed to show that the university students presented a higher frequency of low and moderate levels of social skills, after the application of the program very significant improvements were obtained ( $p < 0.01$ : first social skills, social skills advanced, skills

related to feelings, alternative skills to aggression, and planning skills) and significant ( $p < 0.005$ : abilities to cope with stress) increasing the high level of social skills in the experimental group of 22.8% to a 43.9%, which shows the effectiveness of the social skills program.

*Key words:* Social skills, program, university students, civil engineering.

## **Capítulo I**

### **Introducción**

A través de la evolución, el hombre ha ido estableciendo relaciones sociales para la sobrevivencia, esto se puede apreciar desde el nacimiento, cuando el neonato quiere captar la atención de la madre a través del llanto para satisfacer sus propias necesidades primarias, a medida que va creciendo irá adquiriendo el lenguaje y para ello desarrollará una serie de procesos psicológicos que le permitirán relacionarse en su medio, y este establecimiento de conductas generará la futura forma de relacionarse con otras personas, acompañado con el desarrollo de la personalidad, permitirá o impedirá en la persona el desarrollo de habilidades para un mejor desenvolvimiento en la sociedad, como por ejemplo en ámbitos: laboral, académico, amical, familiar y amoroso, evitando la dependencia hacia otra persona para el establecimiento o mantenimiento de una conversación, el defender sus propios derechos y los de otros compañeros ante un grupo opositor de ideas, teniendo en cuenta las normas sociales y legales del lugar donde se interactúa, saber manejar sus emociones ante posibles situaciones que generen estrés, lo cual generará un aumento del nivel de autoestima, así como generar un mejor autoconcepto de la persona.

Las relaciones con otros seres humanos es una tendencia natural del hombre, puesto que desde el nacimiento el ser humano vive en conexión con el otro, llegando a ser una necesidad la interacción, por lo tanto es importante llegar a interactuar de una manera saludable y armoniosa. El contexto de vida es cambiante, por lo tanto las

interacciones van modificándose de acuerdo al momento y cultura en el cual se desenvuelve el ser humano.

Las habilidades para la vida o competencias psicosociales nos permiten enfrentar con éxito el día a día, las exigencias de la vida y ello se desarrolla por el cúmulo de experiencias que uno posea lo largo de la vida, tales como el entrenamiento intencional, modelado o imitación (OMS, 1999; véase UNICEF, 2014), la expresión de la misma lo evidenciamos mediante nuestras reacciones y las conductas que son manifestaciones de los conocimientos adquiridos, potencialidades desarrolladas y habilidades requeridas para interactuar adecuadamente en la vida social; dentro de las habilidades y/o destrezas para el desarrollo de hábitos positivos se menciona específicamente, dentro de los más importantes, así como a las habilidades cognitivas y emocionales, a las habilidades sociales, conceptualizados como las destrezas que nos garantizan estabilidad y duración en nuestras relaciones, como por ejemplo al resolver problemas, comunicarnos efectivamente, en la expresión acertada de nuestros sentimientos, pensamientos y acciones (UNICEF, 2014).

El entrenamiento en habilidades sociales constituye un procedimiento básico de abordaje en muchos problemas o trastornos, tales como problemas de pareja, ansiedad social, depresión, etc. (Caballo, 2007) en distintos ambientes de desenvolvimiento del ser humano (familiar, escolar, laboral, social, universitario, etc.), siendo la universidad el ámbito de aplicación de mi trabajo por lo que actualmente se puede observar que las personas presentan cierto grado de despreocupación por el desarrollo de sus habilidades sociales reflejándose en diversas situaciones, tales como al momento de explicar un tema de forma voluntaria en clase, ante un trabajo de exposición, al atender a un cliente, en

carreras donde tendrán que establecer relaciones interpersonales a futuro, etc., donde prefieren realizar trabajos de manera personal y procurando que no sea una interacción entre dos personas, negándose la posibilidad de desarrollar habilidades que le permiten un mejor desenvolvimiento personal al momento de interactuar o establecer relaciones en su medio.

El presente estudio se organiza en cinco capítulos; el primer capítulo se refiere al planteamiento de investigación, en donde se especifica información relacionada al planteamiento del problema, asimismo la formulación del problema de investigación científica, por otro lado, se hace mención de los antecedentes de investigaciones que concuerdan con el implemento de programas de intervención de habilidades sociales e investigaciones que concuerden con el tema en sí de esta variable, de la misma manera se describen los objetivos planteados, la justificación e importancia, es decir, el impacto en diversas áreas producto de la realización de este trabajo, y la hipótesis que se maneja en cuanto a los probables resultados que se pueda generar al finalizar la aplicación del programa.

En el capítulo dos, se plantea el marco teórico conceptual, las definiciones pertinentes de la variable de estudio, así como del enfoque teórico explicando el funcionamiento de las habilidades sociales, es decir, la base teórica que sustenta la elaboración y resultados del presente trabajo científico.

El capítulo tres permite observar el fundamento metodológico usada para la elaboración de esta investigación, es decir, lo relacionado al diseño y tipo de investigación características de la población y muestra de estudio, asimismo se detalla el

instrumento de aplicación tomado en cuenta y el proceso de realización y obtención de los resultados.

En el capítulo cuatro, se detalla los resultados de la investigación presentada mediante los análisis respectivos y la elaboración de tablas y figuras.

Finalmente en el quinto capítulo se presenta la discusión de los resultados obtenidos con estudios similares, además se presentan las conclusiones y recomendaciones y sugerencias respectivas en el marco desarrollado sobre habilidades sociales.



## **1.1 Descripción y formulación del problema**

Se evidencia en nuestro entorno problemas álgidos en relación a los valores, intolerancia, autocontrol, etc. que generan dificultades en nuestras relaciones interpersonales, déficit en habilidades básicas que impiden un adecuado desenvolvimiento con nuestros pares, específicamente en nivel de la comunicación, empatía, asertividad, etc., esta problemática se extiende debido a que la formación de profesionales en el contexto actual está permeada por la tendencia de la sociedad a nivel mundial, los conflictos y sus crisis, resultados de los acontecimientos y de las relaciones que abarcan el mundo contemporáneo; además se presenta en todos los ámbitos tales como en el hogar, en la comunidad, la escuela, centros de trabajos y universidades, es en este último ámbito donde ya no basta que el universitario sólo analice e integre información curricular, sino que además se convierta en parte activa de su proceso formativo permitiendo su integración al mismo tiempo con sus pares (Massone y Gonzáles, 2003; véase López, 2008), el déficit en las habilidades de interacción es uno de los factores que genera abandono universitario entre 40 y 50 mil universitarios en cada año (Plascencia, 2011; véase Mori, 2012), ante ello, es imprescindible poner en práctica habilidades de interacción para facilitar la socialización como un factor que permita influenciar en las opiniones y decisiones sobre un lugar de permanencia por parte del estudiante (Mori, 2012), por tal motivo es que dicho programa de habilidades sociales pretende realizarse en el ámbito universitario de ingeniería civil de una universidad de Lima, este lineamiento de trabajo están orientados a fomentar el desarrollo y fortalecimiento de habilidades sociales para prevenir la manifestación del déficit de la misma. El espacio universitario es un lugar importante y necesario para empezar a generar una visión de concientización y sensibilización de las comunidades educativas y del

espacio académico científico, lo cual permitiría un mayor fomento de propuestas estratégicas en la solución de problemas mediante aplicaciones promocionales en programas de intervención, ya que “la educación superior no sólo proporciona competencias sólidas para el mundo de hoy y de mañana, sino contribuye a la formación de una ciudadanía dotada de principios éticos, comprometidos con la construcción de la paz, la defensa de los derechos humanos y los valores de la democracia.” (UNESCO, 2009; p.9).

Tomando en cuenta esta problemática y los escasos programas en habilidades sociales en la población de estudiantes ingenieros universitarios formulo la siguiente interrogante:

¿Cuál es el efecto del programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil de una universidad de Lima?

## **1.2 Antecedentes de investigación: nacional e internacional**

### **1.2.1 Antecedentes de programas aplicados**

La búsqueda minuciosa en la base de datos nos muestra que son escasas las investigaciones realizadas en programas de habilidades sociales en ámbitos universitarios, por lo que el presente trabajo cobra un alto nivel de importancia, en este contexto se cita a:

Fajardo (2018) quien en el ámbito escolar llevó a cabo un estudio de diseño pre – experimental, aplicando una escala de actitudes (perteneciente al Instituto Nacional de

Salud Mental Honorio Delgado y compuesta por 4 áreas: asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones) a 24 alumnos de segundo año de secundaria del Colegio Corazón de Jesús del distrito de Jesús María. El programa aplicado cognitivo conductual demostró ser eficaz para el desarrollo de las habilidades sociales y sus 4 componentes, ( $p=0.00$ ,  $p=0.00$ ,  $p=0.00$ ,  $p=0.02$  y  $p=0.00$  respectivamente), es decir, aumentó los niveles adecuados de habilidades sociales del pretest al postest (16,7% nivel bajo, 50% nivel medio y 33,3% nivel alto en el pretest y 4,1% nivel bajo, 45,9% nivel medio y 50% nivel alto en el postest); en ese mismo año Torres (2018) en su investigación “Efectos del programa expresión social en adolescentes con bajas habilidades sociales de una asociación – San Juan de Miraflores” de tipo experimental y diseño cuasi experimental con medición pre y postest, utilizó la escala multidimensional de expresión social parte Motora y la escala multidimensional de expresión social parte cognitiva – en una muestra de 60 adolescentes, entre 14 y 16 años de edad (quienes presentaban bajos niveles de habilidades sociales y de los cuales 30 formaron el grupo experimental y 30 el grupo control). Los resultados indicaron que existe diferencias significativas entre el pre y postest del grupo experimental ( $p < .001$ ), lo cual indica un incremento de las habilidades sociales posterior a la aplicación del programa, además de diferencias significativas entre el grupo experimental y control en el postest, observándose mayores puntajes en el grupo experimental ( $p < .001$ ), por lo tanto se evidenció un efecto de programa incrementando el nivel de habilidades sociales y reduciendo el nivel de pensamientos negativos en los adolescentes.

Asimismo Verde (2015) en una muestra conformada por 21 estudiantes que pertenecían al primer grado de educación primaria de un colegio de Trujillo-Perú realizó el taller Aprendiendo a Convivir para poder instaurar la medida en que el taller aplicado

influye en el desarrollo de habilidades sociales en los participantes, aplicándoles un pretest y postest de la lista de chequeo de evaluación de las habilidades sociales de Arnold Goldstein (1987), los resultados demuestran que después de la aplicación del taller se encontró un incremento significativo de 42.0 puntos entre el nivel promedio de las habilidades sociales generales (135.4 puntos en el pretest vs 177.4 puntos en el postest), obteniéndose en el pretest sujetos en el nivel inicio con un 67,7%, nivel proceso con 23,8% y en el nivel logrado con un 9,5% y al finalizar la aplicación, es decir, en el postest, se evidenciaron sujetos con mejores puntajes: nivel proceso con 57,1%, nivel destacado con 19% y finalmente nivel inicio con un 4,8%.

Arellano (2012) realizó un Programa de intervención psicoeducativo de interacción social en 54 alumnos de primer grado de educación secundaria, utilizando como instrumento de medición el cuestionario de auto informe de Inés Monjas Casares, el cual evalúa seis áreas de habilidades sociales, el diseño de investigación es cuasi experimental, el programa estuvo constituido por 16 sesiones y se desarrolló durante 4 meses, en los resultados se evidencian mejoras significativas en los alumnos debido a que en el pre test obtuvieron puntaje bajo en 3 áreas y después de la aplicación del programa estos niveles aumentaron, mejorando sus habilidades de interacción social, motivación y rendimiento académico, asimismo un mayor aumento del puntaje en las mujeres que en los varones.

Martínez, Albarracín, Morales y Santisteban (2010) utilizaron el programa de habilidades sociales de Montes de Oca y Capa, el cual fue modificado, teniendo como objetivo disminuir la conducta agresiva y a la vez que ayude en la mejora y aumento de las habilidades sociales. En el estudio participaron 32 estudiantes de tercero y cuarto año

de secundaria de ambos sexos: 16 sujetos formaban parte del grupo control y los que conformaban el grupo experimental también fueron 16 a los cuales se les aplicó el programa “Aprendiendo a tratarnos”, para evaluar a los participantes se utilizó como instrumento el Inventario Modificado de Buss Durke (1998) en la etapa pre test y post test. Los resultados indican la presencia de diferencias significativas entre los dos grupos de análisis posterior al programa aplicado, siendo efectivo para la disminución de la conducta agresiva y el mejoramiento de las habilidades interpersonales en el grupo experimental.

En el ámbito universitario podemos mencionar a trabajos como el de Ureta (2015), quien aplicó el Programa ART – R de sustitución y prevención de la violencia en jóvenes universitarios de Lima Sur (compuesta por técnicas basadas en la mejora de sus componentes: habilidades sociales – pro sociales alternativas a la agresión –, autocontrol de los sentimientos de cólera o ira asociados a la violencia y razonamiento moral de las personas violentas). Se utilizó la Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein, la Escala de evaluación del autocontrol de Kendall y Wilcox, y Escala de razonamiento moral de Gibbs y Widaman y los resultados obtenidos indicaron diferencias altamente significativas entre el pretest y posttest del grupo experimental, indicando por ello el logro de los efectos esperados de dicho programa; también mencionamos el estudio realizado por Bueno, Durán y Garrido (2013), sobre el entrenamiento en habilidades sociales aplicado a 499 estudiantes de la Universidad de Sevilla (456 grupo experimental de Magisterio de la especialidad de Educación Primaria y 43 grupo control de primero de Grado de Psicología), en el cual se utilizó el diseño pretest – posttest con grupo control no equivalente y usó el inventario de Asertividad de Gambrell y Richey (1975), tomada de Carrasco, Clemente y Llavona (1989) para tomar medidas de conductas asertivas, dicho

test se encuentra dividido en 2 subescalas, por un lado, el grado de malestar con las situaciones que se presentan (subescala Incomodidad) y por otro, la probabilidad de realizarlas (subescala Probabilidad). Las conductas asertivas puntuaron favorablemente en las comparaciones pre y posttest en sus 2 dimensiones, es decir que ambas subescalas presentaron descensos en sus medias en el grupo experimental, por otra parte en el grupo control no se evidencian diferencias significativas entre el pre y posttest ni significaciones entre el pretest de los grupos experimental y control respecto a la subescala incomodidad, pero sí en la subescala probabilidad de respuesta, donde el grupo experimental presenta puntuaciones significativamente más altas. Como resultado se encontró que el programa presenta eficacia sobre todo en universitarios con elevadas calificaciones.

A nivel de investigaciones Internacionales, citamos a Castillo (2016), quien en una muestra de estudiantes universitarios en la licenciatura de Administración en Venezuela, realizó un estudio de tipo experimental conformado por dos grupos, el grupo control (26 alumnos) y el grupo experimental (26 alumnos), en donde se aplicó un “Programa de Intervención para Estudiantes Universitarios (PRODIU)” cuyo objetivo fue desarrollar habilidades sociales en estudiantes universitarios, el programa estuvo conformado por cuatro talleres practico- vivenciales, con una duración de tres meses, el primero fue de socialización, el segundo sobre compartir experiencias sobre redes sociales, el tercero acerca de reflexiones sobre trabajo en grupo y liderazgo y el cuarto acerca de la resolución de conflictos. Utilizando la escala de habilidades sociales de García y Montero como instrumento de medición, los resultados evidenciaron que entre ambos grupos de análisis se presentaron diferencias significativas, por lo tanto, se observó la adquisición de habilidades sociales en el grupo experimental después de la realización del programa.

Por otro lado Olivos (2010), realizó una investigación utilizando una muestra de 180 sujetos latinoamericanos residentes en Madrid, los cuales fueron separados en dos grupos para su análisis correspondiente, cada grupo con la mitad del total de sujetos. Se aplicó posteriormente, en el grupo experimental, un programa de habilidades sociales para la integración y se utilizó dos instrumentos de aplicación para su análisis respectivo posterior en ambos grupos, los instrumentos fueron: la escala multidimensional de expresión social parte motora de Caballo (1987) y el cuestionario de datos psicosociales de Olivo (1995). El grupo experimental elevó significativamente las habilidades sociales en comparación al grupo control. Asimismo se observó el logro de amistades satisfactorias con personas de España.

### **1.2.2 Antecedentes relacionadas al tema**

En Investigaciones Nacionales tenemos autores como Delgado et al. (2016) quienes estudiaron la relación entre habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en una muestra de 1405 estudiantes de una universidad pública y privada de Lima Metropolitana, obtenidos a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencionado, los resultados muestran que existen correlaciones negativas y estadísticamente significativas entre las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales, debido a que el uso de las redes sociales afecta de manera progresiva las relaciones interpersonales, también se encontró una correlación inversa y estadísticamente significativa entre el factor autoexpresión en situaciones sociales y el factor falta de control personal en el uso de las redes sociales.

En el 2014 Calixto investigó la relación entre las habilidades sociales y calidad de vida en un espacio universitario de la especialidad de matemática, estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, el estudio fue de diseño no experimental, correlacional transversal, la muestra lo conformaron 184 estudiantes a quienes se les aplicó La Lista de Habilidades Sociales de A. Goldstein (adaptada validada y estandarizada por Ambrosio Tomás en 1994-95 en universitarios de Lima) y la Escala de vida de Olson y Barnes (adaptada validada y estandarizada por Mirian Grimaldo Muchotrigo en 2003 en universitarios de Lima). Los resultados señalan que existe una relación directa y significativa entre ambas variables ( $r = .498$ ,  $p = .000$ ), además de relación significativa entre todas las dimensiones de habilidades social y la calidad de vida.

A nivel de Investigaciones Internacionales tenemos a Holst, Galicia, Gómez y Degante (2017), quienes realizaron un estudio titulado “Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios”, el cual tuvo como objetivo obtener la validez del constructo de la Escala de habilidades sociales, así como identificar sus diferencias en estudiantes universitarios. La muestra lo conformaron 200 estudiantes de la UNAM (Universidad Autónoma de México) la mitad de CU y la otra mitad de FES Zaragoza, pertenecientes a las carreras de Psicología, Ingeniería Química, Médico Cirujano y Biología. Los resultados evidenciaron validez y confiabilidad de la escala, además de encontrar mayores habilidades en estudiantes de CU en comparación con los de FES Zaragoza en relación a la resolución de conflictos, según sexo las mujeres obtuvieron menores puntajes que los varones en comunicación en los estudiantes de CU, y por último las habilidades de comunicación evidenciaron diferencias de acuerdo a la carrera, los de ingeniería química presentaron bajos puntajes en comparación los de psicología.



Mencionamos a García, Cabanillas, Morán y Olaz (2014), quienes realizaron un estudio ex post facto prospectivo simple que buscaba evidenciar la existencia, según género, de diferencias en habilidades sociales en una muestra conformada por 1067 universitarios de sexo masculino y femenino, que tenían edades entre los 18 y 25 años y que pertenecían a cinco centros universitarios públicos y privados en Córdoba del país Argentino, distribuidos en 56 carreras. En dicha investigación se usó como instrumento de aplicación el cuestionario de habilidades sociales para universitarios (Morán, Olaz y Del Prette, en preparación), donde se encontró diferencias significativas en relación al sexo en las habilidades sociales, las mujeres presentaron diferencias a favor en habilidades empáticas y de expresión de sentimientos positivos, habilidades de oposición asertiva y en habilidades conversacionales, y los hombres en habilidades referente al abordaje afectivo sexual; en las habilidades sociales académicas y de trabajo no se permitieron observar diferencias.

Asimismo, Dereli y Karakus (2011) realizaron un estudio de los Estilos de Apego y Habilidades Sociales de los Estudiantes Universitarios, la muestra estuvo compuesta por 343 estudiantes universitarios de Turquía y las mediciones se llevaron a cabo mediante el cuestionario de relaciones sociales y social *Skills Inventory (SSI)*, los resultados encontraron relaciones significativas entre el apego seguro y algunas dimensiones inferiores de habilidades sociales, determinando que existe una relación positiva significativa entre el estilo de apego seguro y el expresionismo afectivo, la sensibilidad afectiva, el control afectivo, el expresionismo social y punto de control social. Resultó que el estilo de apego seguro predice el expresionismo afectivo, la sensibilidad afectiva, el expresionismo social y las habilidades de control social. Además se encontró que el estilo de apego ansioso y desdeñoso predice la habilidad de sensibilidad social y el estilo

de apego obsesivo predice el control social. Entre los otros estilos de apego y puntos de habilidades sociales no se encontró ninguna relación.

### **1.3 Objetivos**

#### **1.3.1 Objetivo General**

Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

#### **1.3.2 Objetivos Específicos**

O<sub>1</sub>: Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome, según primeras habilidades sociales, en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

O<sub>2</sub>: Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome, según habilidades sociales avanzadas, en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

O<sub>3</sub>: Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome, según habilidades relacionadas con los sentimientos, en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

O<sub>4</sub>: Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome, según habilidades alternativas, en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

O<sub>5</sub>: Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome, según habilidades para hacer frente al estrés, en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

O<sub>6</sub>: Determinar el efecto del programa de intervención Socializándome, según habilidades de planificación, en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.

#### **1.4 Justificación en importancia**

Esta sección se ha dividido en aspectos diversos, que busca la descripción de la fundamentación de lo relacionado a la justificación de la investigación presentada, así como de su importancia:

Referente a la convivencia, la universidad es un ámbito en el cual se requiere la formación y el desarrollo integral del estudiante, que se encuentra en la visión y misión universitaria que permitirá el desarrollo integral de la sociedad, dentro de ello el desarrollo de las habilidades sociales, dándose importancia al desenvolvimiento del alumno dentro de su entorno y la forma en cómo se adapta a su medio universitario para establecer relaciones interpersonales, tomar decisiones, resolver problemas, etc. Las relaciones experimentadas por los estudiantes se encuentran en un nivel intra e

interpersonal, por lo que es importante y necesario fomentar conductas constructivas que implementen al desarrollo del estudiante en sus círculos de interacción cotidiana.

Esta investigación tiene una relevancia social ya que se realiza en la población de adolescentes, puesto que es una población que evidencia déficit en habilidades sociales, sobre todo en el ámbito de ingenierías de las universidades peruanas, además que dicha población, según los estudios del Censo Nacional (INEI, 2017), representa cerca del 33% (XI de Población y VI de vivienda-Censo Nacional), por lo que abarcamos sujetos que en pocos años serán los jóvenes y adultos del Perú.

Respecto a las implicaciones prácticas, la finalidad de la presente investigación es que la población participante desarrolle habilidades que le permitan una mejor forma de desenvolverse en la sociedad. Y en el mismo sentido, tener aportes en el área de implementación de programas psicoeducativos de intervención promocional.

Referente al valor teórico de la investigación científica presentada, se hace mención a un alto grado de significatividad, ya que permite enriquecer el marco teórico que la sustenta, además que el resultado tuvo por finalidad desarrollar habilidades sociales en los estudiantes universitarios para que puedan enfrentar con menor rigidez los diversos obstáculos, generando una mayor empatía, comunicación asertiva entre compañeros, lo cual permitirá una mejor convivencia y el desarrollo de conductas hábiles para las interacciones interpersonales. Al comprobarse la efectividad de este programa podrá ser replicado en los distintos contextos.

## **1.5 Hipótesis**

### **1.5.1 Hipótesis General**

H<sub>a</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades sociales.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil de una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades sociales.

### **1.5.2 Hipótesis Específicas**

H<sub>1</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las primeras habilidades sociales.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las primeras habilidades sociales.

H<sub>2</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades sociales avanzadas.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades sociales avanzadas.

H<sub>3</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades relacionadas con sentimientos.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades relacionadas con sentimientos.

H<sub>4</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades alternativas.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades alternativas.

H<sub>5</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades para hacer frente al estrés.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades para hacer frente al estrés.

H<sub>6</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades de planificación.

H<sub>0</sub>: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades de planificación.

## Capítulo II

### Marco teórico

#### 2.1 Bases teóricas sobre el tema de investigación

##### 2.1.1 Definición de términos

*Programa:* Este término hace referencia a un implemento y organización de actividades para la enseñanza y posterior aprendizaje de comportamientos con esencia valorativa, que sean saludable y evidencien respeto, los cuales forman parte de un instrumento promocional para la intervención que busca favorecer el desarrollo de habilidades sociales. Mediante este programa se facilita el logro de objetivos planteados, por lo tanto, se orienta al facilitador en su aplicación y se efectiviza el desarrollo de las habilidades sociales, fomentando cambios en los niveles comportamentales, emocionales y cognitivos, lo cual implica brindar estrategias y sensibilizar sobre el problema en el estudiante.

*Habilidades sociales:* Hasta el momento no se ha llegado aún acuerdo sobre una definición única sobre lo que es una conducta donde se evidencian las habilidades sociales, existen numerosas definiciones de las cuales voy a exponer la de Muñoz, Cristina y Crespi, Paula (2011; cit. por Verde, 2015), quienes mencionan que las habilidades sociales son necesarias para una forma efectiva de interactuar con el otro y de relacionarse con satisfacción y éxito en sociedad, por lo tanto, se refiere a conductas y/o comportamientos necesarios para dichos .



Y la definición propuesta por Caballo (2002; cit. por Villamares, 2017), “manifiesta que las relaciones es el grado de comportamiento de la persona dentro de un grupo humano y del contexto en la cual se encuentra, ya que sus deseos, su opinión respecto al grupo determina las confrontaciones de los distintos problemas al interior de cada uno, por ello la tolerancia y el control emocional son elementos fundamentales para alcanzar el nivel de integración social.” (p, 28).

*Universidad:* “Institución de enseñanza superior que comprende diversas facultades, y que confiere los grados académicos correspondientes. Según las épocas y países puede comprender colegios, institutos, departamentos, centros de investigación, escuelas profesionales, etc.” (Real Academia Española, 2014).

*Estudiante:* “Que estudia; persona que cursa estudios en un establecimiento de enseñanza” (Real Academia Española, 2014).

### **2.1.2 Características generales de las habilidades sociales**

Se Menciona una serie de características consideradas como relevantes en la conceptualización de las habilidades sociales (Monjas, 2002; véase Torres, 2014):

- a. Las habilidades sociales son conductas que se adquieren principalmente mediante el aprendizaje. Se van aprendiendo habilidades sociales durante el proceso de socialización en diversos espacios de nuestra vida que nos brindan experiencias necesarias para interactuar con el otro en sociedad de manera satisfactoria y

necesaria, estos espacios en mención son la familia, la institución educativa y la comunidad o sociedad.

- b. Los componentes motores y manifiestos forman las habilidades sociales, como por ejemplo la conducta verbal, componentes emocionales y afectivos, como la ansiedad o alegría, y componentes cognitivos (por ejemplo atribuciones, percepción social, autolenguaje).
- c. Las habilidades sociales son evidentemente respuestas específicas a situaciones concretas o específicas. El contexto de interacción y los parámetros de la situación específica permitirán la efectividad de la conducta social, es por ello que es necesario adecuar las conductas a aquellos objetivos perseguidos y a las características que la situación propone, por ello nos implica alejarnos del uso de patrones de conducta estereotipados y repetitivos.
- d. Las habilidades sociales se manifiestan (se ponen en juego) siempre durante la interacción, es decir, en contextos interpersonales; son conductas en relación a otras personas. La interacción social requiere del comportamiento interrelacionado entre dos o más individuos, además de ser bidireccional, interdependiente y recíproca.

### **2.1.3 Componentes de las habilidades sociales**

Se hace mención de los componentes conductuales, cognitivos y fisiológicos, es decir, tres tipos de componentes como clasificación de las habilidades sociales (Caballo, 2007).

*Componentes conductuales:* Caballo (1988; cit. por Caballo, 2007) revisó 90 trabajos en entre 1970 y 1986 y encontró los siguientes elementos, tales como el *componente no verbal*: mirada, sonrisas, gestos, postura, expresión facial, distancia, expresión corporal, asentimiento con la cabeza, automanipulación, movimientos nerviosos de las manos, orientación, movimientos de las piernas, y apariencia personal; *componentes paralingüísticos*: voz, tiempo de habla perturbaciones del habla, y fluidez del habla; *componente verbales*: con contenido general tales como peticiones de nueva conducta, contenido de anuencia, de alabanza, de aprecio, de rechazo, de acuerdo, de enfrentamiento, preguntas, refuerzos verbales, autorrevelación, humor, atención personal, verbalizaciones positivas, manifestaciones empáticas, variedad de los temas, formalidad generalidad, peticiones para compartir la actividad, claridad, ofrecimiento de alternativas, expresiones en primera persona, explicaciones, razones, y por otro lado el iniciar la conversación, y retroalimentación; y finalmente los *componentes mixtos más generales*: conducta positiva espontánea, afecto, escoger el momento apropiado, ceder la palabra, tomar la palabra, conversación en general y saber escuchar.

*Componentes cognitivos:* se manifiesta cuando las situaciones, los estímulos y los acontecimientos momentáneos son percibidas y evaluadas por el individuo y que se determinan por un sistema abstracto que presenta concepciones del mundo y hacia sí mismo. Cuando el individuo interactúa con el ambiente es importante analizar las *estrategias de codificación y constructos personales competencias cognitivas, valores subjetivos de los estímulos, sistemas y planes de autorregulación y expectativas* (Mischel, 1973, 1981; véase Caballo, 2007).

*Componentes fisiológicos:* en este apartado se puede mencionar que los componentes más investigados de un total de 18 artículos encontrados que emplean estas variables fisiológicas de estudio, son los siguientes: la presión sanguínea, la tasa cardíaca, el flujo sanguíneo, la respuesta electromiográfica, las respuestas electrodermales y la respiración.

#### **2.1.4 Modelos teóricos de las habilidades sociales**

Presentaremos algunos de los modelos teóricos que existen sobre las habilidades sociales:

##### **2.1.4.1 Teoría del aprendizaje social**

Es una teoría que investiga el origen, la formación y la modificación de la conducta considerando que esta se encuentra dentro de un contexto social, ya que muy pocas personas evidencian funcionamiento en una soledad absoluta. De alguna manera los reforzamientos generan gran parte de las conductas, pero para Bandura en esta teoría, menciona que toda conducta puede adquirirse sin reforzamiento, y también llamó a su teoría *aprendizaje por observación*, es decir, se observan las conductas de otros y las consecuencias que repercuten para el proceso de aprendizaje, ello es llamado *reforzamiento vicario*. Dentro de este marco de aprendizaje Bandura señala que existe además procesos cognitivos o del pensamiento en el aprendizaje, ya que al observar no se imita automáticamente las conductas, sino que conscientemente se toma una decisión de las conductas a imitar, ya que conocemos las consecuencias de las mismas, los procesos cognoscitivos median entre estímulo – respuesta y entre conducta – reforzador (Schultz & Schultz, 2010).

Por lo tanto, esta teoría es explicativa del comportamiento humano, los aspectos de la personalidad y su funcionamiento psicológico, los cuales nos permiten un aprendizaje acerca de la adquisición y desarrollo de las habilidades sociales, Bandura (2002; cit. por Fuentes, 2011) menciona al comportamiento humano como una combinación de factores ambientales y personales, que ante la presencia de una situación específica genera respuestas de una forma determinada, a este tipo de aprendizaje lo llamó “Aprendizaje observacional o vicario”, el cual muestra que los agentes sociales pueden generar cambios en las pautas comportamentales que influirían en la formación de la personalidad.

#### **2.1.4.2 Teoría de los Modelos interaccionistas o interactivos de las habilidades sociales**

Se propone en este modelo que el nivel de desarrollo de las habilidades sociales es el resultado de los procesos cognitivos y conductuales frente a la percepción correcta de estímulos externos importantes, los cuales nos permitirán elegir la mejor respuesta ante determinadas situaciones, brindándole a la persona un rol activo en su interacción con su medio social.

Según León y Medina (1998, cit. por Fuentes, 2011) el modelo interactivo está compuesto por tres categorías:

*Habilidades de decodificación de los estímulos situacionales:* referido a como las personas reciben la información y seleccionan lo más importante del proceso interactivo,

motivados por la ganancia personal desarrollado en un esquema de conocimiento que la persona obtuvo durante el desarrollo de su vida.

*Habilidades de decisión:* las personas deben de crear alternativas efectivas y sencillas de solución ante determinadas situaciones.

*Habilidades de codificación:* permite a las personas elegir que conductas realizarán y posteriormente realizar el proceso de retroalimentación comparando los resultados de la conducta realizada con los resultados esperados y poder desarrollar modificaciones para mejores resultados.

De esta forma podemos deducir que la contribución de los modelos interactivos al desarrollo de las habilidades sociales está determinado por la interacción social y sus múltiples factores que intervienen durante el proceso interactivo y las capacidades que la persona ha desarrollado (actitudes, valores y creencias) para obtener resultados favorable o desfavorables.

#### **2.1.4.3 El análisis experimental de la ejecución social**

Argyle y Kendon (1967; cit. por Torre, 2014) plantea al rol como el elemento principal de un modelo de funcionamiento de las habilidades sociales, en el que, junto a las conductas motoras, se integran los procesos perceptivos y cognitivos:

1. *Fines de la actuación hábil:* En el cual se busca un intento de planteamiento de objetivos que estén bien definidos.

2. *Percepción selectiva de las señales.*
3. *Procesos centrales de traducción:* Aquí se le da un significado a toda información que provenga y que se reciba del otro y posterior a ello se planifica una forma de actuar de manera eficiente.
4. *Respuestas motrices o actuación:* Se entiende mediante ello a la ejecución de la respuesta.
5. *Feedback y acción correctiva.*
6. *El timing de respuestas:* Se evidencia una sincronización sus respuestas durante la interacción social, por parte de los interlocutores.

Tomando en cuenta esta teoría, los déficits en HHSS son un error o falla producido en algún punto de dicho sistema. Los fallos podrían deberse a (García Sáiz y Gil, 1992; véase Torres, 2014):

- Desajustes en relación a los objetivos de los sujetos, ya sean por ser inapropiados, inalcanzables o incompatibles.
- Errores en la traducción de las señales sociales, referidas al fracaso al evaluar alternativas y en relación a las decisiones, no tomar decisiones, tardan en tomarlas o tomar decisiones negativas.
- Errores de percepción, se evidencia cuando hay bajo nivel de discriminación, errores de atribución causal, percepción estereotipada, efectos de halo.
- Errores de planificación, no llegar a analizar las diferentes alternativas de actuación.
- Errores en la actuación, se da cuando no se sabe lo que se debe de hacer, no posee experiencia.

## Capítulo III

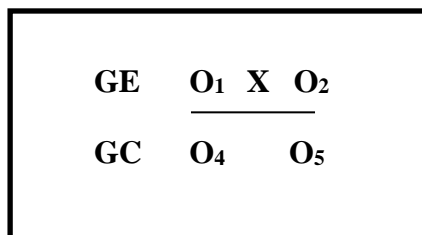
### Método

#### 3.1 Tipo de investigación

El presente trabajo de investigación científica toma en consideración el análisis entre un grupo experimental (grupo donde se aplicó el programa de intervención) y un grupo control, por lo cual, el tipo de investigación a tener en cuenta es el cuasi experimental, en donde a los grupos tanto experimental como control no se les toma con certeza de que sean grupos equivalentes (Kerlinger y Lee, 2002).

La investigación realizada se encuentra dentro de los diseños experimentales, es decir que se tiene como objetivo comprobar el efecto que pueda evidenciarse de un programa de intervención, siendo esta la variable independiente manipulada intencionalmente (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

El esquema del diseño es:



En donde:

- GE = Grupo Experimental
- GC = Grupo Control
- X = Programa de intervención
- O<sub>1</sub> y O<sub>4</sub> = Pre test
- O<sub>2</sub> y O<sub>5</sub> = Post test



### **3.2 Ámbito temporal y espacial**

El presente estudio se realizó en la Universidad Nacional de Ingeniería, específicamente en la facultad de Ingeniería Civil (FIC – UNI), en el año 2017, desde julio hasta septiembre.

### **3.3 Variables**

Variable Independiente: Programa Socializándome, el cual tuvo 12 sesiones y se realizó una vez por semana con una duración de 1 hora en cada sesión.

Variable Dependiente: Aumentar el desarrollo de las habilidades sociales.

#### **3.3.1 Variable de control**

- Asistencia al programa de intervención del estudiante participante universitario.
- Participación del facilitador.

### **3.4 Población y muestra**

#### **3.4.1 Población**

La población está constituida por 109 estudiantes ingresantes 2017-I del 1° ciclo de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima, distribuidos en 4 aulas.

Tabla 1

*Criterio para la inclusión y exclusión de la muestra*

| Criterios de inclusión  | Criterios de exclusión   |
|---|--|
| Alumnos de las secciones G, H, I y J ingresantes 2017-I.  | Alumnos que no sean ingresantes 2017-I o que pertenezcan a otra facultad.  |
| Estudiantes que cursen el 1° ciclo de Ingeniería Civil UNI.                                       | Estudiantes que se encuentren cursando ciclos distintos al requerido de Ingeniería Civil u otra Facultad.          |
| Tengan edades entre los 16 y 23 años de rango.  | Estudiantes universitarios que no se encuentren en el rango de edad, es decir, menores de 16 y mayores de 23 años. |
| Estudiantes universitarios que hayan aceptado voluntariamente firmar el consentimiento informado. | Estudiantes universitarios que no hayan aceptado voluntariamente firmar el consentimiento informado.               |

### 3.4.2 Muestra

Tomando en cuenta los criterios de inclusión y exclusión señalados en la Tabla 2, la presente muestra está constituida por un total de 107 universitarios (57 alumnos en el grupo de estudio o experimental y 50 en el grupo control), ya que fueron la población accesible, por otro lado, también se consideró la asistencia regular de las evaluaciones y/o sesiones del programa de intervención.

Tabla 2

*Distribución de la muestra para la investigación, según sexo*

| Grupo        | Sección | Muestra (n)    |         | Total | Porcentaje |
|--------------|---------|----------------|---------|-------|------------|
|              |         | N° Estudiantes |         |       |            |
|              |         | Hombres        | Mujeres |       |            |
| Experimental | G       | 28             | 01      | 29    | 49.3%      |
|              | H       | 25             | 03      | 28    |            |
| Control      | I       | 20             | 07      | 27    | 50.7%      |
|              | J       | 19             | 04      | 23    |            |
| Total        |         | 93             | 16      | 107   | 100%       |

### 3.4.3 Tipo de Muestreo

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), el muestreo correspondiente de la presente investigación pertenece al tipo no probabilístico de modo intencionado o dirigido, debido a que los sujetos participantes de estudio para el análisis correspondiente se eligieron a criterio del investigador o facilitador.

### 3.5 Instrumentos

Los instrumentos aplicados a la investigación científica presentada son:

#### 3.5.1 Ficha de datos sociodemográficos

Es un instrumento que permite el registro de características de los sujetos participantes estudiados, podemos mencionar datos como la edad, sexo, etc. (véase anexo A).

### 3.5.2 Lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

Creado por Goldstein (1980), traducida y adaptada al español por Ambrosio Tomás (1994-1995) en Perú, consta de 50 ítems agrupados en 6 áreas que son:

**a) Primeras habilidades sociales (8 ítems)**, hace referencia a las habilidades necesarias para comunicarse e interactuar en su entorno como son el escuchar, iniciar, mantener, formular preguntas, introducir a otras personas, dar las gracias y hacer cumplidos durante una conversación.

**b) Habilidades sociales avanzadas (6 ítems)**, el segundo grupo está conformado por habilidades que permitirán al individuo un desarrollo satisfactorio en una interacción con su medio tales como participar, dar órdenes, seguir los mandatos, pedir ayuda, disculparse y convencer a los demás en una interacción.

**c) Habilidades relacionadas con los sentimientos (7 ítems)**, en este grupo podemos encontrar habilidades que generan un desarrollo diferente de la persona con los demás individuos, es decir, la persona se identificará como única con propios intereses y necesidades, ayudando a un autoconocimiento de sus sentimientos, forma de expresar sus sentimientos, enfrentarse con el enfado de otro, resolver el miedo, comprender los sentimientos de los otros, generarse una recompensa satisfactoria.

**d) Habilidades alternativas a la agresión (9 ítems)**, está formando por las habilidades que nos permiten solucionar conflictos, facilitando una convivencia adecuada con los demás, lo cual nos permite tomar decisiones, saber sobre nuestras propias habilidades

para discernir sobre la causa de un problema estableciendo objetivos, recogiendo información, estableciendo una jerarquía ante la resolución de un problema, tomar una decisión, concentrarse en una tarea.

e) **Habilidades para hacer frente al estrés (12 ítems)**, el quinto grupo es formado por habilidades que permiten a la persona a tener mayor nivel de tolerancia permitiéndole un mayor control ante posibles situaciones de frustración, manteniendo el control de sus emociones para un mejor manejo del estrés, pudiendo formular y responder una queja con persuasión, preparándose para un diálogo difícil y el manejo adecuado del comportamiento ante situaciones que generen vergüenza permitiendo defender a un amigo frente a las presiones de grupo.

f) **Habilidades de planificación (8 ítems)**, este grupo está compuesto por habilidades que generan una participación crítica y creativa para toma de decisiones, generando en la persona la perseverancia, la organización, la concentración para una tarea, el establecer metas y la posibilidad de mantener del dialogo abierto, creando jerarquías para la resolución de los problemas según el nivel de importancia, tomando en cuenta las causas de un problema y recogiendo información para su posterior resolución.

### **3.5.2.1 Validez y confiabilidad**

La Tabla 3 del análisis de ítems de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales determinó correlaciones significativas ( $p < .05$ ,  $.01$  y  $.001$ ), motivo por el cual no hubo la necesidad de modificar el test.

Tabla 3

*Análisis de ítems de la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein*

|    | “r”   | “t”       |
|----|-------|-----------|
| 01 | 0.546 | 3.531 *** |
| 02 | 0.613 | 4.325***  |
| 03 | 0.429 | 2.474*    |
| 04 | 0.617 | 4.345***  |
| 05 | 0.503 | 3.109**   |
| 06 | 0.555 | 3.625***  |
| 07 | 0.389 | 2.170*    |
| 08 | 0.492 | 3.007**   |
| 09 | 0.601 | 4.147***  |
| 10 | 0.609 | 4.248***  |
| 11 | 0.546 | 3.536***  |
| 12 | 0.512 | 3.191**   |
| 13 | 0.619 | 4.374***  |
| 14 | 0.448 | 2.629*    |
| 15 | 0.766 | 6.893***  |
| 16 | 0.534 | 3.409**   |
| 17 | 0.691 | 5.421***  |
| 18 | 0.575 | 3.847***  |
| 19 | 0.571 | 3.802***  |
| 20 | 0.661 | 4.951***  |
| 21 | 0.591 | 4.029***  |
| 22 | 0.434 | 2.515*    |
| 23 | 0.542 | 3.496***  |
| 24 | 0.507 | 3.148**   |
| 25 | 0.580 | 3.896***  |
| 26 | 0.586 | 3.966***  |
| 27 | 0.522 | 3.292**   |
| 28 | 0.595 | 4.074***  |
| 29 | 0.531 | 3.384**   |
| 30 | 0.612 | 4.280***  |
| 31 | 0.673 | 5.126***  |
| 32 | 0.641 | 4.659***  |
| 33 | 0.538 | 3.445**   |
| 34 | 0.626 | 4.458***  |
| 35 | 0.691 | 5.412***  |
| 36 | 0.522 | 3.294**   |
| 37 | 0.584 | 3.945***  |
| 38 | 0.686 | 5.332***  |
| 39 | 0.597 | 4.098***  |
| 40 | 0.544 | 3.513***  |
| 41 | 0.509 | 3.169**   |
| 42 | 0.617 | 4.343***  |
| 43 | 0.545 | 3.523***  |

|    |       |          |
|----|-------|----------|
| 44 | 0.651 | 4.800*** |
| 45 | 0.711 | 5.770*** |
| 46 | 0.764 | 6.867*** |
| 47 | 0.704 | 5.633*** |
| 48 | 0.650 | 4.792*** |
| 49 | 0.696 | 5.500*** |
| 50 | 0.536 | 3.434**  |

\* Significativo al  $p < .05$   
\*\* Muy signification al  $p < .01$   
\*\*\* Altamente signification al  $p < .001$

De la misma manera, en cada uno de las escalas componentes, a un nivel de  $p < .001$  se obtuvieron una correlación positiva y altamente significativa con la escala total de habilidades sociales (véase Tabla 4), lo que nos indica que en su totalidad y de una forma significativamente alta contribuyen al constructo de las habilidades sociales

Tabla 4

*Puntajes de correlación escala-test*

| Escala | HS-I     | HS- II   | HS- III  | HS- IV   | HS-V     | HS- VI   |
|--------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Total  |          |          |          |          |          |          |
| "r"    | 0.769*** | 0.739*** | 0.786*** | 0.756*** | 0.871*** | 0.799*** |
| "t"    | 11.918   | 10.878   | 12.575   | 11.441   | 17.511   | 13.183   |

\*\*\* Diferencias altamente significativas al  $p < .001$ .

La prueba se calculó a través del Coeficiente de Correlación Producto-Momento de Pearson, del cual se obtuvo una "r" = 0.6137 y una "t" = 3.011, ello nos indica que es muy significativa al  $p < .01$ . El tiempo entre el test y el re-test fue de 4 meses.

Se calculó el Coeficiente Alpha de Cronbach, de consistencia interna, con propósitos de aumentar la precisión de la confiabilidad, el cual nos indicó un Alpha Total "rtt" = 0.9244.

Tomando en consideración estos valores como resultado, se demostraron la precisión y estabilidad de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein.

### **3.6 Procedimientos**

Una vez seleccionado el instrumento, se recolectó la muestra en coordinación con el psicólogo de la facultad de ingeniería civil y el profesor encargado del curso “Metodología del aprendizaje”, a los cuales se le explicó la importancia de la aplicación del taller, se aplicó a los estudiantes de las aulas G y H del 1º ciclo de la facultad ingeniería civil de la Universidad Nacional de Ingeniería – UNI, con la finalidad de identificar el nivel de habilidades sociales que presentaban.

El inventario se le entregó al alumno de manera personalizada aula por aula y se les brindó las pautas necesarias para rellenarlo correctamente, e información breve sobre la importancia de responder sinceramente a las distintas cuestiones planteadas, además se les proporcionó un consentimiento informado donde se indicó que toda información que proveen será mantenida bajo estricta confidencialidad, es decir, que el nombre del/la participante no será utilizado y que ello no conllevaba ningún riesgo. Los participantes contestaron de forma individual y sin límite de tiempo a cada uno de los ítems del cuestionario.



Posteriormente se inició del programa Socializándome, el cual se dividió en 12 sesiones, donde se ejecutó una vez por semana de una hora por sesión. Asimismo al concluir el programa Socializándome se aplicó el Post Test y la Escala de Valoración a los estudiantes universitarios participantes del programa de intervención, se procesaron los datos y se analizaron, lo cual permitió elaborar finalmente el presente informe de investigación

Técnicas tomadas en uso:

1. Recojo de información por medio de preguntas escritas organizadas en una prueba impresa con respuestas de opción múltiple.
2. La forma de aplicación fue de manera grupal.
3. Identificación y selección de los sujetos: estudiantes pertenecientes al primer ciclo de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública con los criterios mencionados anteriormente.

### **3.7 Análisis de datos**

Posterior a la aplicación del instrumento psicométrico, se vaciaron los datos de la lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein en el paquete estadístico SPSS V.21, permitiéndonos identificar las frecuencias y los porcentajes del nivel de habilidades sociales que presenta dicha muestra, así como la elaboración de las tablas y figuras necesarias para el análisis.

Asimismo se realizó lo relacionados al análisis psicométrico de la variable de estudio, además de la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov, que nos indicó hacer uso de las pruebas inferenciales paramétricas y no paramétricas para las comparaciones entre los grupos experimental y control en el pretest y el posttest correspondientes, en este caso se hizo uso de los estadísticos t de student y U de Mann Whitney para muestras independientes, con el cual realizamos las comparaciones respectivas de la variable y sus dimensiones.

## Capítulo IV

### Resultados

#### 4.1 Propiedades psicométricas de la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein (1980)

##### 4.1.1 Confiabilidad

Para el análisis de confiabilidad de Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein en la Tabla 5 se muestra los resultados de los índices de Alpha de Cronbach para cada uno de los 4 grupos de análisis (Grupo experimental pretest, grupo experimental posttest, grupo control pretest y grupo control posttest), por lo tanto, se tomó en consideración la consistencia interna en la muestra de estudio universitaria que es de 107 estudiantes, 57 del grupo experimental y 50 del grupo control, el cual nos indica valores elevados que superan el 0.95 como punto de corte, en consecuencia aceptados como excelente en los instrumentos psicológicos.

Tabla 5

*Análisis de Confiabilidad a través del coeficiente Alpha de Cronbach*

| Lista de Chequeo de las Habilidades |             |       |
|-------------------------------------|-------------|-------|
| Sociales de Goldstein               | Nº de ítems | Alpha |
| G. Experimental Pretest             | 50          | 0.967 |
| G. Control Pretest                  | 50          | 0.952 |
| G. Experimental Posttest            | 50          | 0.979 |
| G. Control Posttest                 | 50          | 0.953 |

### 4.1.2 Validez

En la Tabla 6 se observa el resultado de la aplicación del análisis de ítems para evidenciar si el instrumento mide lo que dice medir y mediante ello obtener la validez de constructo que nos permite estimar el grado de contribución que tienen los componentes o dimensiones hacia el instrumento al cual pertenece. La Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein presenta validez de constructo, debido a que los resultados de las correlaciones subtest – test de Pearson son altamente significativas ( $p < 0.01$ ) mayores a 0.54.

Tabla 6

*Validez de constructo correlación subtest – test de Pearson*

| Lista de Chequeo de las Habilidades Sociales de Goldstein | Dimensiones                                   | Test    |
|---|---|---------|
| G Experimental pretest                                    | Primeras habilidades sociales                 | 0.788** |
|   | Habilidades sociales avanzadas                | 0.841** |
|   | Habilidades relacionadas con los sentimientos | 0.875** |
|   | Habilidades alternativas a la agresión        | 0.882** |
|   | Habilidades para hacer frente al estrés       | 0.930** |
| G Experimental pretest                                    | Habilidades de planificación                  | 0.857** |
|   | Primeras habilidades sociales                 | 0.857** |
|   | Habilidades sociales avanzadas                | 0.749** |
|   | Habilidades relacionadas con los sentimientos | 0.812** |
|   | Habilidades alternativas a la agresión        | 0.882** |
| G Experimental pretest                                    | Habilidades para hacer frente al estrés       | 0.834** |
|   | Habilidades de planificación                  | 0.546** |
|   | Primeras habilidades sociales                 | 0.912** |
|   | Habilidades sociales avanzadas                | 0.866** |
|   | Habilidades relacionadas con los sentimientos | 0.917** |
| G Experimental pretest                                    | Habilidades alternativas a la agresión        | 0.929** |
|   | Habilidades para hacer frente al estrés       | 0.951** |
|   | Habilidades de planificación                  | 0.930** |
|   | Primeras habilidades sociales                 | 0.820** |
|   | Habilidades sociales avanzadas                | 0.758** |
| G Experimental pretest                                    | Habilidades relacionadas con los sentimientos | 0.846** |

|   |         |
|---|---------|
| Habilidades alternativas a la agresión  | 0.893** |
| Habilidades para hacer frente al estrés | 0.900** |
| Habilidades de planificación            | 0.727** |

\*\* Correlación significativa al 0,01

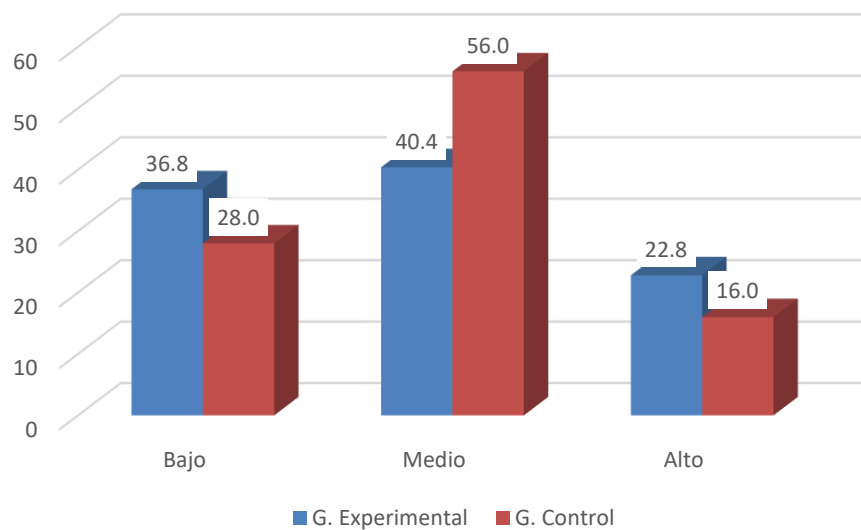
## 4.2 Análisis descriptivo de la muestra

En los siguientes datos descriptivos podemos observar resultados relativamente semejantes entre los grupos de análisis experimental y control (véase Tabla 7 y Figura 1), el 36,8% de los participantes universitarios evidencian un nivel bajo de habilidades sociales, el 40,4% se ubica en el nivel medio y el 22,8% en un nivel alto en relación al grupo experimental, y con respecto al grupo control se destaca el nivel medio porcentual al igual que en el grupo experimental.

Tabla 7

*Distribución de la variable de estudio de Habilidades Sociales en el grupo experimental y control en la etapa pretest.*

| <i>Habilidades Sociales</i> | G. Experimental |            | G. Control |            |
|-----------------------------|-----------------|------------|------------|------------|
|                             | Frecuencia      | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Bajo                        | 21              | 36,8       | 14         | 28,0       |
| Medio                       | 23              | 40,4       | 28         | 56,0       |
| Alto                        | 13              | 22,8       | 08         | 16,0       |
| Total                       | 57              | 100,0      | 50         | 100,0      |



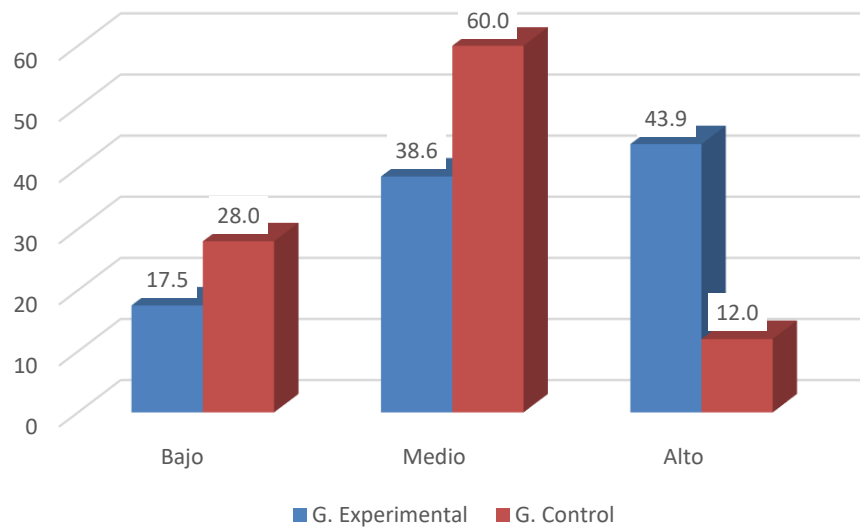
*Figura 1. Distribución de la variable de estudio de Habilidades Sociales en el grupo experimental y control en la etapa pretest*

En el posttest los resultados descriptivos de ambos grupos de análisis experimental y control (Tabla 8 y Figura 2) permiten observar diferencias en sus distribuciones, el 43,9% logra el nivel alto en Habilidades Sociales, el 38,6% está en el nivel medio y el 17,5% en el nivel bajo referente al grupo experimental, mientras que el grupo control obtiene mayores valores porcentuales en el nivel medio (60%) y un menor porcentaje en el nivel alto (12%).

Tabla 8

*Distribución de la variable de estudio de Habilidades Sociales en el grupo experimental y control en la etapa posttest.*

| <i>Habilidades Sociales</i> | G. Experimental |            | G. Control |            |
|-----------------------------|-----------------|------------|------------|------------|
|                             | Frecuencia      | Porcentaje | Frecuencia | Porcentaje |
| Bajo                        | 10              | 17,5       | 14         | 28,0       |
| Medio                       | 22              | 38,6       | 30         | 60,0       |
| Alto                        | 25              | 43,9       | 6          | 12,0       |
| Total                       | 57              | 100,0      | 50         | 100,0      |



*Figura 2.* Distribución de la variable de estudio de Habilidades Sociales en el grupo experimental y control en la etapa posttest

### 4.3 Análisis comparativo de la muestra de la variable habilidades sociales

#### 4.3.1 Prueba de normalidad K-S (*Kolmogorov-Smirnov*)

En la muestra se obtuvieron como resultado que la variable de estudio de Habilidades Sociales presenta un nivel de significancia mayor a 0.05 en el pretest de ambos grupos y en el posttest del grupo experimental (véase Tabla 9); el posttest del grupo control presenta un nivel de significancia menor a 0.05, por lo tanto se evidencian, en los puntajes totales, distribuciones en forma de una curva normal en unos casos y en otros no, en consecuencia, la estadística apropiada son las estadísticas paramétricas y no paramétricas según el análisis comparativo del cual sea el caso, específicamente se utiliza

el estadístico t de student para muestras independientes y la U de Mann Whitney respectivamente.

Tabla 9

*Análisis de la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S) en la muestra, de la variable de estudio de las Habilidades Sociales*

| Puntaje Total                 | <i>Kolmogorov - Smirnov</i> |        |       |       | <i>Kolmogorov - Smirnov</i> |        |       |        |
|-------------------------------|-----------------------------|--------|-------|-------|-----------------------------|--------|-------|--------|
|                               | <i>G. Experimental</i>      |        |       |       | <i>G. Control</i>           |        |       |        |
|                               | Media                       | D.E    | ZK-S  | Sig.  | Media                       | D.E    | ZK-S  | Sig.   |
| Pretest Habilidades Sociales  | 173,02                      | 29,019 | 0,078 | 0,200 | 174,02                      | 27,435 | 0,118 | 0,079  |
| Posttest Habilidades Sociales | 186,42                      | 34,273 | 0,098 | 0,200 | 169,10                      | 24,428 | 0,128 | 0,040* |

\* p < 0,05 significativo

#### 4.3.2 Prueba de Hipótesis General

Se formula la siguiente hipótesis general a continuación para contrastar los efectos del programa de intervención de habilidades sociales:

##### General

$H_0: \mu_1 = \mu_2$ : Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades sociales.

$H_a: \mu_1 < \mu_2$ : Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades sociales.



Al aplicar la prueba paramétrica t de student, se muestra en la Tabla 10 que ambos grupos de análisis (experimental y control) en la etapa pretest no evidencian diferencias significativas ( $p > 0.05$ ), por lo que los resultados en esta muestra de estudiantes universitarios se observan similitudes en el puntaje de sus medias (grupo control,  $M = 174,02$  y grupo experimental,  $M = 173,02$ ).

Tabla 10

*Análisis comparativo de las habilidades sociales entre el grupo de estudio experimental y el grupo control en la etapa pretest, mediante la prueba de análisis de la t de student para muestras independientes*

| Etapa   | Grupo Experimental<br>(n=57) |        | Grupo Control<br>(n=50) |        | t     | gl  | Sig. |
|---------|------------------------------|--------|-------------------------|--------|-------|-----|------|
|         | M                            | D. S.  | M                       | D. S.  |       |     |      |
| Pretest | 173,02                       | 29,019 | 174,02                  | 27,435 | -,183 | 105 | ,855 |

\*  $p < 0.05$  significativo

Los resultados en la etapa posttest de los grupos experimental y control (véase Tabla 11), permiten evidenciar un nivel de significancia de  $p=0,002$  (al hacer uso de la prueba *U de Mann Whitney*), es decir, que se muestra diferencias muy significativas ( $p < 0,01$ ) entre ambos grupos de estudiantes universitarios, siendo el grupo experimental de estudio en los que se hallaron resultados favorables (véase Figura 3) en su rango promedio (Rango promedio=62,04) respecto al grupo control (Rango promedio=44,84), ello nos indica rechazar la hipótesis nula, lo cual comprueba la hipótesis general de investigación al aceptar la hipótesis alterna.

Tabla 11

*Análisis comparativo de las habilidades sociales entre el grupo de estudio experimental y el grupo control en la etapa posttest, mediante la prueba de análisis de la U de Mann Whitney*

|          | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p      |
|----------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|--------|
| Posttest | Grupo Experimental | 57 | 62,04          | 3536,00        | 967,000           | -3,102 | ,002** |
|          | Grupo Control      | 50 | 44,84          | 2242,00        |                   |        |        |

\*\* p < 0,01 muy significativo

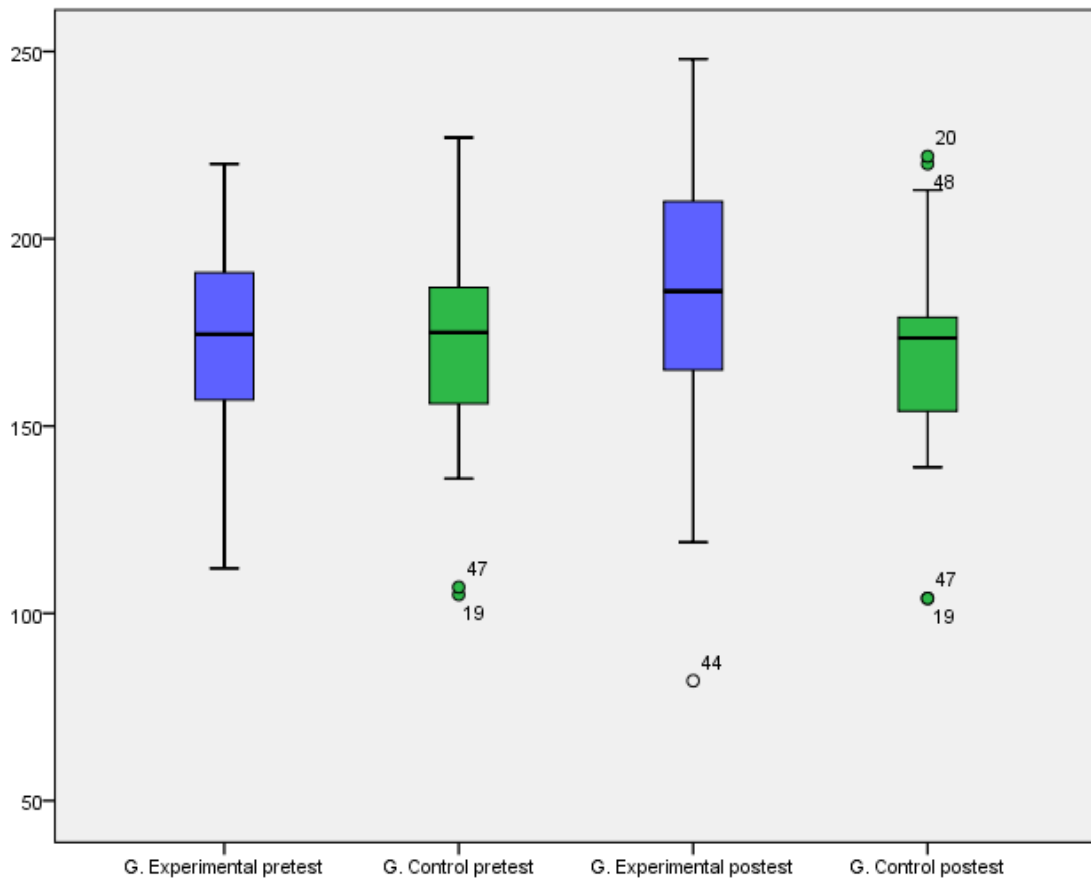


Figura 3. Análisis comparativo de las Habilidades Sociales

En consecuencia: La aplicación del programa Socializándome es muy significativa en estudiantes de la facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

### 4.3.3 Pruebas de hipótesis Específicas

Ho: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las primeras habilidades sociales.

H1: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las primeras habilidades sociales.

Observamos que el valor del estadístico U de Mann Whitney obtenido ( $Z=-4,257$ ) cuya sig. Bilateral es de  $p=0,000$  ( $p < 0,01$ ) descrito en la Tabla 12, nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna en relación al contraste de la hipótesis específica.

Tabla 12

*Análisis de la influencia del programa Socializándome en la dimensión Primeras habilidades sociales en el grupo de estudio*

|          | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p      |
|----------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|--------|
| Posttest | Grupo Experimental | 57 | 65,94          | 3758,50        | 744,500           | -4,257 | ,000** |
|          | Grupo Control      | 50 | 40,39          | 2019,50        |                   |        |        |

\*\*  $p < 0,01$  muy significativo

En Consecuencia: La aplicación del Programa Socializándome influye muy significativamente en la Dimensión *Primeras habilidades sociales* en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Ho: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades sociales avanzadas.

H2: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades sociales avanzadas.

Observamos que el valor del estadístico U de Mann Whitney obtenido ( $Z=-2,690$ ) cuya sig. Bilateral es de  $p=0,007$  ( $p < 0,01$ ) descrito en la Tabla 13, nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna en relación al contraste de la hipótesis específica.

Tabla 13

*Análisis de la influencia del programa Socializándome en la dimensión Habilidades sociales avanzadas en el grupo de estudio*

|         | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p      |
|---------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|--------|
| Postest | Grupo Experimental | 57 | 61,53          | 3507,00        | 996,000           | -2,690 | ,007** |
|         | Grupo Control      | 50 | 45,42          | 2271,00        |                   |        |        |

\*\* p < 0,01 muy significativo

En Consecuencia: La aplicación del Programa Socializándome influye muy significativamente en la Dimensión *Habilidades sociales avanzadas* en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Ho: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades relacionadas con sentimientos.

H3: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades relacionadas con sentimientos.

Observamos que el valor del estadístico U de Mann Whitney obtenido ( $Z=-3,192$ ) cuya sig. Bilateral es de  $p=0,001$  ( $p < 0,01$ ) descrito en la Tabla 14, nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna en relación al contraste de la hipótesis específica.

Tabla 14

*Análisis de la influencia del programa Socializándome en la dimensión Habilidades relacionadas con sentimientos en el grupo de estudio*

|         | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p      |
|---------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|--------|
| Postest | Grupo Experimental | 57 | 62,95          | 3588,00        | 915,000           | -3,192 | ,001** |
|         | Grupo Control      | 50 | 43,80          | 2190,00        |                   |        |        |

\*\* p < 0,01 muy significativo

En Consecuencia: La aplicación del Programa Socializándome influye muy significativamente en la Dimensión *Habilidades relacionadas con sentimientos* en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Ho: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades alternativas.

H4: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades alternativas.

Observamos que el valor del estadístico U de Mann Whitney obtenido ( $Z=-2,699$ ) cuya sig. Bilateral es de  $p=0,007$  ( $p < 0,01$ ) descrito en la Tabla 15, nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna en relación al contraste de la hipótesis específica.

Tabla 15

*Análisis de la influencia del programa Socializándome en la dimensión Habilidades alternativas en el grupo de estudio*

|         | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p      |
|---------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|--------|
| Postest | Grupo Experimental | 57 | 61,57          | 3509,50        | 993,500           | -2,699 | ,007** |
|         | Grupo Control      | 50 | 45,37          | 2268,50        |                   |        |        |

\*\* p < 0,01 muy significativo

En Consecuencia: La aplicación del Programa Socializándome influye muy significativamente en la Dimensión *Habilidades alternativas* en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Ho: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades para hacer frente al estrés.

H5: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades para hacer frente al estrés.

Observamos que el valor del estadístico U de Mann Whitney obtenido ( $Z=-2,004$ ) cuya sig. Bilateral es de  $p=0,045$  ( $p < 0,05$ ) descrito en la Tabla 16, nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna en relación al contraste de la hipótesis específica.

Tabla 16

*Análisis de la influencia del programa Socializándome en la dimensión Habilidades para hacer frente al estrés en el grupo de estudio*

|         | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p     |
|---------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|-------|
| Postest | Grupo Experimental | 57 | 59,62          | 3398,50        | 1104,500          | -2,004 | ,045* |
|         | Grupo Control      | 50 | 47,59          | 2379,50        |                   |        |       |

\* $p < 0.05$  significativo

En Consecuencia: La aplicación del Programa Socializándome influye significativamente en la Dimensión *Habilidades para hacer frente al estrés* en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Ho: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces no aumentará significativamente las habilidades de planificación.

H6: Si se aplica el programa Socializándome en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces aumentará significativamente las habilidades de planificación.

Observamos que el valor del estadístico U de Mann Whitney obtenido ( $Z=-2,616$ ) cuya sig. Bilateral es de  $p=0,009$  ( $p < 0,01$ ) descrito en la Tabla 17, nos permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna en relación al contraste de la hipótesis específica.

Tabla 17

*Análisis de la influencia del programa Socializándome en la dimensión habilidades de planificación en el grupo de estudio.*

|          | Grupos             | n  | Rango promedio | Suma de rangos | U de Mann-Whitney | Z      | p      |
|----------|--------------------|----|----------------|----------------|-------------------|--------|--------|
| Posttest | Grupo Experimental | 57 | 61,33          | 3496,00        | 1007,000          | -2,616 | ,009** |
|          | Grupo Control      | 50 | 45,64          | 2282,00        |                   |        |        |

\*\* p < 0,01 muy significativo



En Consecuencia: La aplicación del Programa Socializándome influye muy significativamente en la Dimensión *Habilidades de planificación* en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Ho: No existe valoración óptima del estudiante que participó del programa “Socializándome” para el desarrollo de las habilidades sociales en universitarios de la facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

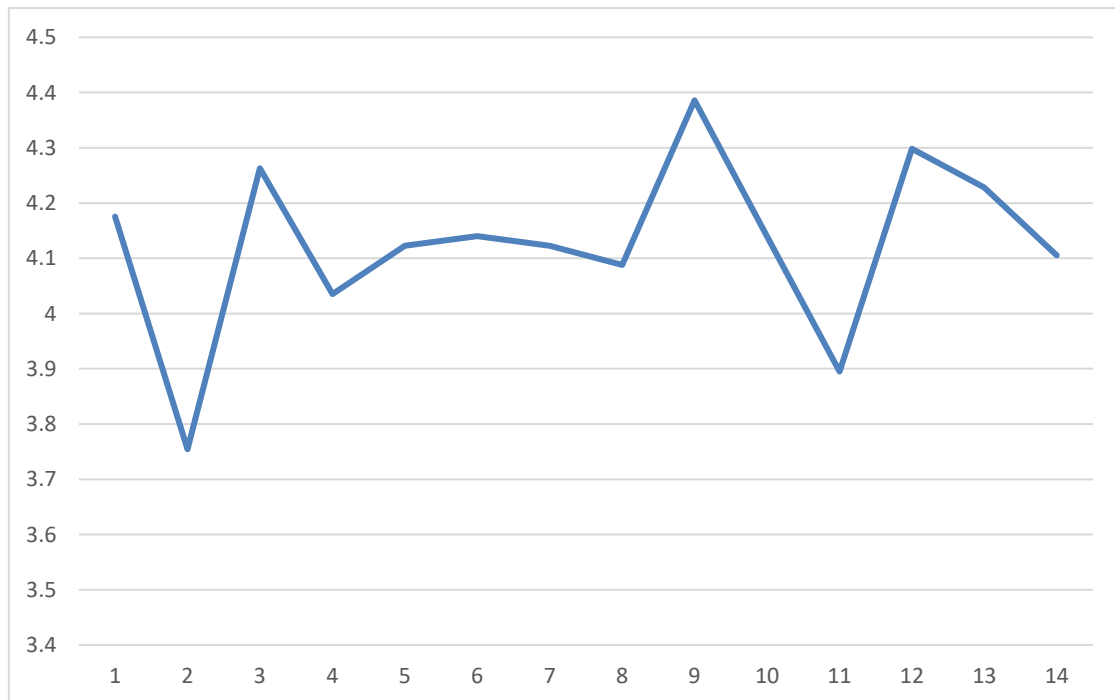
H7: Existe valoración óptima del estudiante que participó del programa “Socializándome” para el desarrollo de las habilidades sociales en universitarios de la facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

Los siguientes resultados evidencian niveles altos y ligeramente altos en relación a la valoración hacia el programa de intervención después de la aplicación de la misma (etapa postest), llegando a un 94,8%, lo que nos indica que se rescataron vivencias muy enriquecedoras del programa “Socializándome” por parte de los universitarios participantes en las sesiones (véase Tabla 18), que les permitirá, que les permitirá el desarrollo de habilidades sociales ante diversas situaciones, sobre todo en los ítems 9 (¿Crees que es importante desarrollar adecuadamente las habilidades sociales?), 12 (Recomendarías a tus compañeros a que participen en programas similares) y 3 (¿Es importante para ti interactuar asertivamente con los demás?). Esto significa rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna.

Tabla 18

*Nivel de valoración del Programa de intervención en la etapa posttest después de su aplicación)*

| Niveles          | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------|------------|------------|
| Baja             | 0          | 0,0        |
| Ligeramente baja | 1          | 1,8        |
| Moderada         | 2          | 3,5        |
| Ligeramente alta | 27         | 47,4       |
| Alta             | 27         | 47,4       |
| Total            | 57         | 100,0      |



*Figura 4. Nivel de valoración del Programa de intervención en la etapa posttest después de su aplicación)*

En consecuencia: En la etapa posttest el Programa “Socializándome” en el grupo de estudio evidencia una valoración apta u óptima en estudiantes de la facultad de Ingeniería Civil de una Universidad Pública de Lima.

## Capítulo V

### Discusión

El principal propósito de la presente investigación fue determinar el efecto de un programa sobre habilidades sociales aplicada a alumnos de la facultad de ingeniería civil de una universidad pública de Lima, por lo cual se aplicó como instrumento de medición, tanto para el pretest y postest, la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein validada para el Perú y del cual se analizaron los resultados obtenidos a nivel comparativo tomando en cuenta la formación de un grupo control y un grupo experimental.

En el pretest se realizó la comparación correspondiente entre el grupo experimental y el grupo control encontrándose semejanza en la distribución de los niveles en ambos grupos, es decir que los puntajes de los niveles de habilidades sociales en ambos grupos fueron similares (36,8% nivel bajo, 40,4% nivel medio y 22,8% nivel alto en el grupo experimental y 28,0% nivel bajo, 56,0% nivel medio y 16,0% nivel alto en el grupo control), destacando el nivel medio de habilidades sociales, seguidos del nivel bajo y finalizando con el nivel alto quienes presentan un menor porcentaje; este resultado se asemeja a los hallados por Fajardo (2018), puesto que en su estudio “Programa cognitivo conductual en las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa privada.” la muestra de 13 alumnos presentó predominio en los niveles medios de habilidades sociales (50%), aunque seguido del nivel alto (33,3%) y posteriormente del nivel bajo (16,7%). A pesar de que las muestras de estudios difieren en espacios y en edades (universitarios vs escolares), la problemática se extiende en todos los ámbitos de interacción humana y ello puede generar muchas consecuencias, es por ello que es muy importante tener en cuenta que las habilidades sociales son el punto de partida de casi

todos los abordajes en situaciones de problemas de salud y/o trastornos (Caballo, 2007) ya que la interacción es parte continua de nuestro existir, por lo tanto desarrollar adecuadas habilidades sociales conlleva a un buen convivir (UNICEF, 2014)

Los datos obtenidos antes y después del programa de habilidades sociales evidencian efectos positivos en la mejora o aumento de las habilidades sociales en universitarios de Ingeniería Civil, ya que al realizar la comparación entre los grupos formados después de la aplicación del programa de intervención “Socializándome” (etapa postest) se mostraron diferencias significativas, es decir, el grupo control mantuvo sus distribuciones en los niveles de habilidades sociales (nivel bajo 36,8%, nivel medio 40,4% y nivel alto 22,8%), en cambio el grupo control evidenció un cambio en las puntuaciones de sus niveles, específicamente un cambio positivo en el cual el nivel alto de habilidades sociales en el grupo experimental se incrementó de 22,8% en el pretest a un 43,9% en el postest, lo cual confirma la hipótesis general que se planteó evidenciándose que el programa de intervención de habilidades sociales obtuvo efectividad.

Desarrollar las habilidades primarias y las posteriores habilidades en el contexto actual es imprescindible, debido a que nos encontramos en un entorno donde se observa día a día, alarmantes crisis de valores, intolerancia, excesivos estímulos que impiden el contacto de persona a persona, entre otros tipos de problemáticas, es decir, múltiples formas de expresión muchas veces productos o productores de un inadecuado desarrollo de las habilidades sociales, por lo cual es importante comprender la importancia de interactuar saludablemente para no deteriorar las habilidades sociales que conlleva una adopción de conductas inseguras, miedo de ser rechazado o de interactuar en un mismo lugar, lo que aumenta los niveles de frustración y agresividad, por lo tanto mejorar las

habilidades sociales permiten la disminución de los niveles de agresión (Martínez et al, 2010) ya que es necesario que las personas aprendan a desenvolverse en el medio social, con una comunicación e interacción adecuada.

La variable de estudio y todas sus dimensiones (seis dimensiones del instrumento aplicado que obtuvieron niveles de significancia  $p < 0,01$  y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés que obtuvo una  $p < 0,05$ ) obtuvieron resultados muy significativos (5 de 6 dimensiones) y significativo (1 dimensión), ello permitió una mejora general de los participantes en todas las dimensiones y por lo tanto en la variable estudiada, en conductas como al relacionarse con los demás, permitiéndoles identificarse como individuos únicos con necesidades e intereses propios, ayudando al desarrollo de mejores formas de expresión, comprensión de sentimientos y/o generando un mayor autoconocimiento (Deleri y Karakus, 2011).

Cambios similares a nivel universitario obtenidos en mi investigación se observaron en trabajo de Ureta (2015), en jóvenes universitarios de Lima Sur a quienes se le aplicaron el Programa ART, basada en la mejora de habilidades sociales – pro sociales alternativas a la agresión –, autocontrol de los sentimientos de cólera o ira asociados a la violencia y razonamiento moral de las personas violentas. La Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein, la Escala de evaluación del autocontrol de Kendall y Wilcox, y Escala de razonamiento moral de Gibbs y Widaman indicaron diferencias altamente significativas entre el pretest y postest del grupo experimental, lo que evidencia el logro de los efectos esperados de dicho programa; Bueno, Durán y Garrido (2013) también obtuvieron resultados favorables sobre el entrenamiento en habilidades sociales en 499 estudiantes de la Universidad de Sevilla (456 grupo

experimental de Magisterio de la especialidad de Educación Primaria y 43 grupo control de primero de Grado de Psicología), en donde el inventario de Asertividad de Gambrell y Richey (1975), tomada de Carrasco, Clemente y Llavona (1989) para tomar medidas de conductas asertivas puntuaron favorablemente en las comparaciones pre y posttest en sus 2 dimensiones, por un lado, el grado de malestar con las situaciones que se presentan (subescala Incomodidad) y por otro, la probabilidad de realizarlas (subescala Probabilidad), es decir que ambas subescalas tuvieron descensos en sus medias en el grupo experimental, por su parte en el grupo control no se evidencian diferencias significativas entre el pre y posttest, tampoco se observan significaciones al comparar el pretest de los grupos experimental y control en referencia a la subescala incomodidad, pero sí en la subescala probabilidad de respuesta, donde el grupo experimental presenta puntuaciones significativamente más altas en comparación al grupo control. Como resultado general se encontró que el programa aplicado presenta eficacia como el trabajo que estoy presentando.

A nivel escolar también se observa resultados favorables tal como lo evidenciamos en el presente trabajo, como por ejemplo en el programa realizado en Trujillo por Verde (2015) para el desarrollo de las habilidades sociales en 21 alumnos de 1º de secundaria, en el cual se utilizó el mismo instrumento de medición para las medidas pre y posttest, puesto que se empleó un diseño pre – experimental, los resultados en ese estudio indicaron un incremento significativo en 42.0 puntos (135,4 de puntaje para el nivel promedio de la habilidad social general en el pretest, en comparación a los 177,4 puntos del nivel promedio de la habilidad social general en el posttest) y modificaciones en la distribución de los niveles en el pretest (66.7% nivel Inicio, 23.8% nivel Proceso y 9.5% nivel Logrado) y posttest (4.8% nivel Inicio, el 57.1% nivel Proceso, el 19% nivel

Logrado y el 19% en el nivel Logro Destacado), con resultados favorables en el posttest, de la misma manera demostraron la necesidad de aumentar y promover el desarrollo de habilidades sociales para generar una mayor motivación, mejor aprendizaje y aumento de la relaciones interpersonales (Arellano, 2012).

Asimismo, Olivos (2010) aplicó un programa de intervención para fomentar el desarrollo de las habilidades sociales realizadas en 180 latinoamericanos residentes en Madrid y obtuvo resultados favorables en esa muestra, los resultados evidenciaron aumento significativo de las habilidades sociales en el grupo experimental en comparación con el grupo control, ello nos permite afirmar que el desarrollo de las habilidades sociales es un beneficio para los distintos contextos de nuestra vida, pues nos permite el tan ansiado bienestar y la adaptación en distintos espacios, ya que somos eminentemente social y la actividad humana tiene como parte importante y fundamental la comunicación interpersonal, ya que alguna forma de interacción social tenemos cuando permanecemos despiertos (Caballo, 2007)



## Conclusiones

- El programa relacionado a la variable habilidades sociales tuvo efectos altamente significativos ( $p < 0,01$ ), lo cual indica que se realizó un abordaje que tuvo impacto directo en la problemática de las conductas hábiles que los estudiantes universitarios presentaron y que se modificaron en el postest, al obtener diferencias significativas entre el grupo experimental y el grupo control ( $p < 0,00$ ), con resultados favorables en el grupo experimental, es decir, que se favoreció al incremento de conductas socialmente hábiles .
- Los resultados en el pretest indicaron que la muestra (grupo experimental y control) presenciaba porcentajes mayores en el nivel medio y bajo (grupo experimental: 40,4% y 36,8% respectivamente y grupo control: 56% y 28% respectivamente), lo cual evidencia la presencia de dificultades en relación a comportamientos de conductas hábiles y nos brinda una apertura para la implementación del programa presentado.
- En todas las dimensiones de las habilidades sociales se evidenciaron niveles muy significativos (primeras habilidades sociales, Habilidades sociales avanzadas, Habilidades relacionadas con sentimientos, Habilidades alternativa y Habilidades de planificación) y significativos (habilidades para hacer frente al estrés), que nos indican que dicha variable puede ser considerado para trabajos sistematizados en la aplicación de programas, sobretodo en el ámbito universitario y extenderlo en las diversas carreras.

## **Recomendaciones**

Promover el aumento del nivel de conductas adecuadas relacionadas a la habilidades sociales durante la interacción universitaria, lo cual permita exteriorizarlos en otros contextos (hogar, sociedad, trabajo, etc.) mediante programas psicoeducativos formativos promoiconales – permanentes.

Extender la aplicación de programas y/o capacitaciones a personal interesado de este ámbito (padres de familia, docentes, personal administrativo, entre otros), que permitan un mayor impacto del abordaje propuesto, haciendo uso de las técnicas vivenciales y grupales realizados, lo cual sumará a un mayor logro de los objetivos.

Fomentar la creación de espacios de debate, que permitan el desarrollo de nuevas formas de abordaje o líneas de acción que complementen y/o mejoren el trabajo realizado sobre las habilidades sociales a nivel universitario y tomando en cuenta temas afines.

Replicar la aplicación del programa promocional psicoeducativo en diferentes instituciones universitarias para así poder generalizar resultados y efectos en ámbitos universitarios que presenten características similares, lo cual permita llevar ns permita llevar a mejorar dicha problemática.

## Referencias

- Arellano, A. (2012). *Efectos de un Programa de Intervención Psicoeducativa para la optimización de las habilidades sociales de alumnos de primer grado de educación secundaria del Centro Educativo Diocesano El Buen Pastor*. Unidad de Postgrado – UNMSM, Lima. Recuperado de [http://www.postgradoune.edu.pe/documentos/psicologia/arellano\\_om%20\(1\).pdf](http://www.postgradoune.edu.pe/documentos/psicologia/arellano_om%20(1).pdf)
- Bueno, R., Durán, M. y Garrido, M. (2013). Entrenamiento en habilidades sociales en estudiantes universitarios de Magisterio de la especialidad de Educación Primaria: un estudio preliminar. *Apuntes de psicología*, 31(1), 85-91. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/301/287>
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid, España: Siglo XXI de España Editores, S.A.
- Calixto (2014). *Habilidades sociales y calidad de vida en estudiantes de la especialidad de matemática Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle – 2013*. (Tesis de Maestría). Escuela de Postgrado – UCV, Lima. Recuperado de [file:///C:/Users/DAVJHON/Downloads/Calixto\\_VRJ.pdf](file:///C:/Users/DAVJHON/Downloads/Calixto_VRJ.pdf)
- Castillo, Y. (2016). *Efectos de un programa de intervención en las habilidades sociales de estudiantes dirigentes políticos universitarios*. Maracaibo-Venezuela. Recuperado de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-16-10173.pdf>

Delgado, A., Escurra, L., Atalaya, M., Costantino, J., Cuzcano, A., Rodriguez, R., Álvarez, D. (2016). *Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. Lima: UNMSM. Recuperado de [https://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiDw7er0prXAhUChZAKHYC6A\\_sQFggkMAA&url=https%3A%2F%2Frevistas.ulima.edu.pe%2Findex.php%2FPersona%2Farticle%2Fdownload%2F971%2F932&usg=AOvVaw14GXtDru8Io7MOX98\\_VYBo](https://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiDw7er0prXAhUChZAKHYC6A_sQFggkMAA&url=https%3A%2F%2Frevistas.ulima.edu.pe%2Findex.php%2FPersona%2Farticle%2Fdownload%2F971%2F932&usg=AOvVaw14GXtDru8Io7MOX98_VYBo)

Dereli, E., y Karakus, O., (2011). Un Examen de los Estilos de Apego y Habilidades Sociales de los estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(2), 731-744. Almería – España. Recuperado de [www.redalyc.org/articulo.oa?id=293122840012](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293122840012)

Fajardo, N. (2018). *Programa cognitivo conductual en las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa privada*. (Tesis de Maestría). Escuela de Post Grado – UCV, Lima. Recuperado de [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/25953/Fajardo\\_PNB.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/25953/Fajardo_PNB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Fuentes, K. (2011). *Habilidades sociales y convivencia escolar*. (Tesis de Licenciatura). Escuela de Trabajo Social – Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago de Chile. Recuperado de

<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/2416/ttra-so341.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García, M., Cabanillas, G., Morán, V. y Olaz, F. (2014) Diferencias de género en habilidades sociales en estudiantes de Argentina. *Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social "Disertaciones"*, 7(2), 114-135. Recuperado de: <https://www.google.com.pe/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=9&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiBqY3844XUAhUG6yYKHfBGCQQQFghfMAg&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F5112105.pdf&usg=AFQjCNG-1ZjiR2EoKKuAz7EzVQZtJg9uFw>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México, D. F.: Mc Graw-Hill

Holst, I., Galicia, Y., Gómez, G. y Degante, A. (2017). Las habilidades sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. *Revista especializada en ciencias de la salud*, 20(2), 22-29. Recuperado de <file:///C:/Users/DAVJHON/Downloads/67164-195302-1-PB.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2007). *Censos Nacionales 2017: XII de Población y VII de Vivienda*. Lima, Perú. Recuperado de <http://censos.inei.gob.pe/cpv2007/tabulados/default.asp>

Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento*. México: Mc Graw Hill

López, O. (2008). *La Inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios*. (Tesis de Magíster). Unidad de Postgrado – UNMSM, Lima. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/615/Lopez\\_mo.pdf;jsessionid=723C3E669E5884D6D050C41C88BD100F?sequence=1](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/615/Lopez_mo.pdf;jsessionid=723C3E669E5884D6D050C41C88BD100F?sequence=1)

Martínez, R., Albarracín, C., Morales, M. y Santisteba, S. (2010). *Efectos de un programa de habilidades sociales sobre la conducta agresiva en estudiantes de un colegio de Lima Metropolitana*. *Acta estudiantil investigaciones psicológicas*, 1(1), 33-38. Recuperado de <https://issuu.com/psicologiaunfv/docs/estudiantes>

Mori, M., (2012) *Deserción universitaria en estudiantes de una universidad privada de Iquitos*, (1). Recuperado de <file:///C:/Users/DAVID%20V%20F/Downloads/Dialnet-UniversityAttritionInStudentsFromAPrivateUniversit-4775414.pdf>

Olivos (2010) *Entrenamiento de habilidades sociales para la integración psicosocial de inmigrantes- Madrid- 2009* (Tesis de Doctorado). Facultad de educación de la Universidad Complutense de Madrid, España Recuperado de <http://eprints.ucm.es/10653/1/T31851.pdf>

Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la lengua española* (23a ed.). Madrid Espasa Calpe.

Schultz, D. & Schultz, S. (2010). *Teorías de la personalidad*. México, D.F: Cengage Learning Editores, S.A.

Torres, B. (2018). *Efectos del programa expresión social en adolescentes con bajas habilidades sociales de una asociación – San Juan de Miraflores*. (Tesis de Licenciatura). Facultad de humanidades de la Universidad Autónoma del Perú, Lima. Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/570/1/BRANLY%20RUSSELL%20TORRES%20RAMOS.pdf>

Torres, M. (2014). *Las habilidades sociales. Un programa de intervención en Educación Secundaria Obligatoria*. (Tesis de maestría). Universidad de Granada, Granada – España. Recuperado de [http://masteres.ugr.es/psicopedagogica/pages/info\\_academica/trabajo\\_fin\\_de\\_master/tfmhabilidades sociales/!](http://masteres.ugr.es/psicopedagogica/pages/info_academica/trabajo_fin_de_master/tfmhabilidades sociales/)

UNESCO – Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2009). *Educación superior para todos*. Paris, Francia.

UNICEF – Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2014). *Habilidades para la vida: Herramientas para el buen trato y la prevención de la violencia*, Venezuela. Recuperado de [https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades\\_Correcciones\\_No\\_viembre.pdf](https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades_Correcciones_No_viembre.pdf)

Ureta, Z. (2015). *Efectos del programa ART- R de sustitución y prevención de la violencia juvenil en universitarios de Lima Sur*. (Tesis de Licenciatura). Escuela de Psicología – Universidad Autónoma de Perú. Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/202/6/URETA%20LUMBE%2c%20ZULYN%20GLORIA.pdf>

Verde, (2015) *Taller aprendiendo a convivir para el desarrollo de habilidades sociales en los alumnos del primer año de educación secundaria de la i.e. Víctor Raúl Haya de la Torre-Trujillo-2014*. (Tesis de Maestría). Escuela de Postgrado – Universidad Privada del Norte Recuperado de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/975>

Vignolo, J., Vacarezza, M., Álvarez, C. y Sosa, A. (2011). Niveles de atención de prevención y atención primaria de la salud. *Arch Med Interna*, 33(1), 11-14. Recuperado de <http://www.scielo.edu.uy/pdf/ami/v33n1/v33n1a03.pdf>

Villamares, R. (2017). *Habilidades sociales y logro de aprendizaje en estudiantes del V ciclo de primaria de las IE del distrito de Pucusana, 2016*. (Tesis de Maestría). Escuela de postgrado – UCV, Lima. Recuperado de <http://docplayer.es/91397612-Habilidades-sociales-y-logro-de-aprendizaje-en-estudiantes-del-v-ciclo-de-primaria-de-las-ie-del-distrito-de-pucusana-2016.html>



## **Anexos**

**ANEXO A**

**DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS**

**FICHA DE DATOS PERSONALES**

*EDAD:* \_\_\_\_\_ *SEXO:* MASC ( ) FEM ( )

*ESTADO CIVIL:* Soltera(o) ( ) Conviviente ( ) Casada(o) ( ) Divorciada(o) ( ) Otro ( ).....

*LUGAR DE NACIMIENTO:* LIMA ( ) PROVINCIA ( ) \_\_\_\_\_

*GRADO DE INSTRUCCION:* \_\_\_\_\_

ANEXO B

**LISTA DE CHEQUEO EVALUACION DE HABILIDADES SOCIALES  
(Goldstein et. Al. 1,980)**

NOMBRE:

EDAD:

Fecha:

Sección:

**INSTRUCCIONES:**

A continuación encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean mas o menos capaces .  
Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad**
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.**
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.**
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.**
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.**

|   | Nunca | Muy pocas veces | Alguna vez | A menudo | Siempre |
|---|-------|-----------------|------------|----------|---------|
| <b>GRUPO I : PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>  |       |                 |            |          |         |
| 1.- ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?           | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 2.- ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?                                      | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 3.- ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?   | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 4.- ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?   | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 5.- ¿Dices a los demás que tú estas agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?                                       | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 6.- ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?  | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 7.- ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?   | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 8.- ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?  | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| <b>GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>   |       |                 |            |          |         |
| 9.- ¿Pides ayuda cuando la necesitas?   | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 10.- ¿ Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?   | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 11.- ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?  | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 12.- ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?              | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 13.- ¿Pides disculpas a los demás cuando haz echo algo que sabes que esta mal?  | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |
| 14.- ¿ Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas? | 1     | 2               | 3          | 4        | 5       |

| <b>GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>                                       |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 15.- ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16.- ¿ Permites que los demás conozcan lo que sientes?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17.- ¿ Intentas comprender lo que sienten los demás?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18.- ¿ Intentas comprender el enfado de las otras personas?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19.- ¿Permites que los demás sepan que tu te interesas o te preocupas por ellos?                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20.- ¿ Cuando sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21.- ¿ Te das a ti misma una recompensa después de hacer  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| <b>GRUPO IV : HABILIDADES ALTERNATIVAS</b>  |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 22.- ¿Sabes cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la personas indicada?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23.- ¿Compartes tus cosas con los demás?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24.- ¿Ayudas a quien lo necesita?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25.- ¿ Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26.- ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27.- ¿ Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28.- ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29.- ¿ Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30.- ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| <b>GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| 31.- ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32.- ¿ Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33.- ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34.- ¿ Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35.- ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?   |   |   |   |   |   |
| 36.- ¿ Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no a sido tratada de manera justa?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37.- ¿ Si alguien esta tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir que hacer? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38.- ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39.- ¿ Reconoces y resuelves la confusión que e produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40.- ¿ Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41.- ¿ Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42.- ¿ Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <b>GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACION</b>  |   |   |   |   |   |
| 43.- ¿ Si te sientes aburrída, intentas encontrar algo interesante que hacer?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44.- ¿ Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45.- ¿ Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46.- ¿ Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47.- ¿ Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48.- ¿ Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49.- ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50.- ¿ Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

## **ANEXO C**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Manifiesta la veracidad de los datos personales aportados para la confección de su historia clínica, y que ha recibido información suficiente acerca de la investigación que se realizará en la institución, al que presta voluntariamente su consentimiento, de acuerdo a las condiciones que se transcriben a continuación:

- 1.- Por la presente dejo constancia que he sido informado de las características técnicas del cuestionario a aplicar y me han sido respondidas todas las dudas pertinentes.
- 2.- Se garantiza la confidencialidad, respecto a la información brindada por el paciente, cuyo límite solo podrá ser vulnerado con causa justa de acuerdo a lo establecido en el código de ética del ejercicio de la profesión.

**Firma del Paciente**

**Firma del Int. de Psicología**



## UNIVERSIDAD NACIONAL DE INGENIERÍA

### Facultad de Ingeniería Civil

Lima, 05 de Diciembre 2017

#### Autorización para ejecución de programa formativo

Dentro de la formación de pregrado de los futuros ingenieros civiles de la Universidad Nacional de Ingeniería, se consideran muy importante la realización de actividades de formación integral relacionado a intervención preventiva y/o formativa, mediante programas, acerca de problemáticas que se presentan usualmente en dichos estudiantes, entre ellos, la dependencia emocional de pareja y habilidades sociales.

Para los Semestres 2017-I y 2017-II, se autorizó a **Katherin Paola Quiñones Vega**, estudiante del 6to año de la Universidad Nacional Federico Villarreal, Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal, identificado con DNI 70064678 y código 2011005285, la realización de un programa formativo sobre **Habilidades sociales** en estudiantes ingresantes del 1º ciclo académico, de una duración de tres meses. Los cuales han sido ejecutados en horas del Curso: *Taller de Metodología del Aprendizaje*, previa coordinación con el Docente encargado.

Atentamente,

**Dr. Carlos De La Cruz Valdiviano**  
Responsable del Curso  
Taller de Metodología del Aprendizaje

Vo Bo. **Msc. Rolando Astete Chuquichaico**  
Jefe (e) del Departamento  
Académico de Ciencias Básicas FIC-UNI

Av. Tupac Amaru 210, Lima 25, Perú  
Apartado Postal 1301 Lima 100 - Perú / Telefax: (511) 481 - 9845  
Central Telefónica: 481-1070 / Anexo: 295

Carrera de Ingeniería Civil Autorizada por  
**ABET**  
Accreditation Board for Engineering and Technology

**ABET**  
Engineering  
Technology  
Accreditation  
Commission

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

### PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE INGENIERÍA CIVIL EN UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA

| PROBLEMA GENERAL  | OBJETIVOS  | HIPÓTESIS GENERAL  |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública?</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces habrá un mayor desarrollo de las habilidades sociales.</li> </ul>   |
| <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según las primeras habilidades sociales?</li> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades sociales avanzadas?</li> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según</li> </ul> | <p><b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según las primeras habilidades sociales.</li> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades sociales avanzadas.</li> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según</li> </ul> | <p><b>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces habrá un mayor desarrollo de las primeras habilidades sociales.</li> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces habrá un mayor desarrollo de las habilidades sociales avanzadas.</li> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces</li> </ul> |



|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>habilidades relacionadas con los sentimientos?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades alternativas?</li> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades para hacer frente al estrés?</li> <li>- ¿Cuál el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades de planificación?</li> </ul> | <p>habilidades relacionadas con los sentimientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades alternativas.</li> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades para hacer frente al estrés.</li> <li>- Determinar el efecto del programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, según habilidades de planificación.</li> </ul> | <p>habrá un mayor desarrollo de habilidades relacionadas con sentimientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces habrá un mayor desarrollo de habilidades alternativas.</li> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces habrá un mayor desarrollo de habilidades para hacer frente al estrés.</li> <li>- Si se aplica el programa de habilidades sociales en estudiantes de la facultad de ingeniería civil en una universidad pública, entonces habrá un mayor desarrollo de las habilidades de planificación.</li> </ul> |
|---|--|--|