



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

PSICOLOGÍA EDUCATIVA ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y FAMILIAR

“INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA, PARALELOS “A” Y “B” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JUAN DE VELASCO”, CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, EN EL PERIODO QUIMESTRAL FEBRERO - JULIO 2015”

Trabajo presentado como requisito para obtener el título de Licenciado en la especialidad de Psicología Educativa, Orientación Vacacional y Familiar

AUTOR:

Chafla Sanaguano Alex Edmundo

TUTOR:

Lic. Juan Carlos Marcillo MsC.

Riobamba - Ecuador

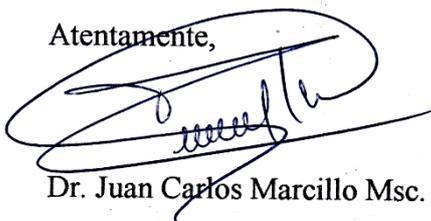
2017

CERTIFICADO TUTOR

El presente trabajo de investigación previo a la obtención del Grado de Licenciatura en la Especialidad de Psicología Educativa, modalidad presencial realizado por el estudiantes: CHAFLA SANAGUANO ALEX EDMUNDO, con el tema: **“INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA, PARALELOS “A” Y “B” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JUAN DE VELASCO”, CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, EN EL PERIODO QUIMESTRAL FEBRERO JULIO 2015”** Ha sido revisado y analizado en un cien por ciento con el asesoramiento permanente de mi persona, con las correcciones sugeridas, por lo que se encuentra apto para la defensa respectiva.

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad.

Atentamente,



Dr. Juan Carlos Marcillo Msc.

TUTOR DE TESIS

MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Los miembros del tribunal examinado revisan y aprueban el informe de investigación con el título “INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA, PARALELOS “A” Y “B” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JUAN DE VELASCO”, CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, EN EL PERIODO QUIMESTRAL FEBRERO - JULIO 2015”, trabajo de tesis de Licenciatura en Psicología Educativa. Orientación Vocacional y Familiar, aprobado en nombre de la Universidad Nacional de Chimborazo por el siguiente tribunal.

Msc. Luz Eliza Moreno

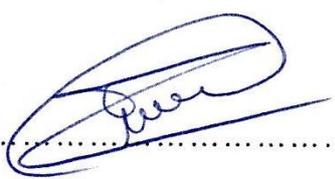
Miembro del Tribunal



Firma

Msc. Juan Carlos Marcillo

Coautor de Tesis



Firma

Dr. Patricio Guzmán

Miembro del Tribunal



Firma

AUTORIA

El trabajo de investigación que presento previo a la obtención de Título de Licenciatura en Psicología Educativa. Orientación Vocacional y Familiar, es original y basado en el proceso anteriormente establecido por la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías

Los criterios en el informe de investigación sobre, **“INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA, PARALELOS “A” Y “B” DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JUAN DE VELASCO”, CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, EN EL PERIODO QUIMESTRAL FEBRERO - JULIO 2015”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones, son de exclusiva responsabilidad del autor y los derechos del mismo le corresponde a la Universidad Nacional de Chimborazo.



.....
Alex Edmundo Chafra Sanaguano

C.I: 0604024273

DEDICATORIA

Este trabajo le dedico con mucho cariño ante todo al ser Supremo que me ha dado la oportunidad de concluir a cabalidad una meta de superación que me he trazado en el camino de mi vida.

A mi querida madre Hilda ya que con su amor y apoyo constante he logrado culminar mis estudios y de igual manera a mis hermanos Gloria, Mónica, Tania Iván, Silvia y María quienes han sabido comprenderme.

Finalmente a todas y todos quienes acertadamente busquen la luz del saber, y sobre todo el comprender al hombre del mañana en sus primeros años de vida que es en donde se sientan las bases de su personalidad para su desarrollo integral.

Alex Edmundo

AGRADECIMIENTO

Mi reconocimiento imperecedero a la Universidad Nacional de Chimborazo por abrirme las puertas y darme conocimientos y formación humanística acorde con las situaciones actuales, las mismas que han enriquecido mi vida profesional.

Un especial agradecimiento al MsC. Juan Carlos Marcillo Director de Tesis quien con su apoyo, amistad y acogida incondicional supo guiarme por el buen camino para la culminación de la misma.

Alex Edmundo

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO	VI
ÍNDICE GENERAL	VII
ÍNDICE DE CUADROS.....	XII
ÍNDICE DE GRÁFICOS	XIII
RESUMEN.....	XI
V	
SUMARY.....	X
V	
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
1. Marco Referencial	3
1.1. Planteamiento del problema.	3
1.2. Formulación del problema.....	5
1.3. Objetivos	5
1.3.1. General.....	6
1.3.2. Específicos.....	6
1.4. Justificación e Importancia del problema.....	6
CAPÍTULO II	9
2. Marco teórico	9
2.1. Antecedentes de investigaciones anteriores con respecto del problema que se investiga.....	9
2.2. Fundamentación Científica.....	10
2.2.1. Fundamentación Filosófica.....	10

2.2.2.	Fundamentación Psicológica.	10
2.2.3.	Fundamentación Pedagógica.	10
2.2.4.	Fundamentación Sociológica.	11
2.3.	Fundamentación Teórica	12
2.3.1.	¿Qué es la Autoestima?	12
2.3.2.	Grados de la Autoestima.	13
2.3.2.1.	Autoestima Alta.....	13
2.3.2.2.	Autoestima Baja.	13
2.3.2.3.	Autoestima Media.	13
2.3.3.	Escalera de la Autoestima.	14
2.3.4.	Auto eficacia y Auto dignidad.....	15
2.3.5.	Los tres estados de la Autoestima	16
2.3.6.	Importancia de la Autoestima.....	17
2.3.7.	La Autoestima y los niños	17
2.3.7.1.	¿Qué es la Autoestima en los niños?	17
2.3.7.2.	La autoestima marca el desarrollo del niño.....	18
2.3.7.3.	El papel de los padres en la autoestima de los niños.....	18
2.3.7.4.	El trabajo de la autoestima y las habilidades sociales en clase son muy importantes.....	19
2.3.8.	Indicadores de la Autoestima.	20
2.3.8.1.	Indicios positivos de autoestima.....	20
2.3.8.2.	Indicios negativos de autoestima.....	22
2.3.9.	Escala de Autoestima de Rosemberg	22
2.3.10.	¿Qué son las Habilidades Sociales?	24
2.3.11.	Importancia de las habilidades sociales.....	25

2.3.12.	Características de las habilidades sociales.	26
2.3.13.	Clases de habilidades sociales	28
2.3.13.1.	Cognitiva	28
2.3.13.2.	Emocionales	28
2.3.13.3.	Instrumentales	28
2.3.14.	Tipología de las habilidades sociales	29
2.3.14.1.	Habilidades sociales básicas.....	29
2.3.14.2.	Habilidades sociales avanzadas.....	29
2.3.14.3.	Habilidades relacionadas con los sentimientos	30
2.3.14.4.	Habilidades alternativas a la agresión	30
2.3.14.5.	Habilidades para hacer frente al estrés	30
2.3.14.6.	Habilidades de planificación	31
2.3.15.	La Asertividad	31
2.3.15.1.	Las diferencias entre conducta asertiva, no asertiva y agresiva	33
2.3.15.1.1.	Conducta asertiva	33
2.3.15.1.2.	Conducta no asertiva	33
2.3.15.1.3.	Conducta agresiva	34
2.3.16.	La Comunicación	35
2.3.16.1.	Tipos de Comunicación.....	35
2.3.16.2.	Técnicas de comunicación eficaz	36
2.3.16.2.1.	La escucha activa.....	36
2.3.16.2.2.	Algunos aspectos que mejoran la comunicación.....	37
2.3.17.	Cómo se aprenden y desarrollan las habilidades sociales	37
2.3.17.1.	Aprendizaje por experiencia directa.....	38
2.3.17.2.	Aprendizaje por observación.....	39

2.3.17.3.	Aprendizaje verbal o instruccional.....	39
2.3.17.4.	Aprendizaje por feedback interpersonal.....	39
2.4.	Definiciones de Términos Básicos.....	41
2.5.	Variables.....	42
2.5.1.	Dependiente.....	42
2.5.2.	Independiente.....	42
2.6.	Operacionalización de las variables.....	43
CAPÍTULO III.....		45
3.	Marco Metodológico.....	45
3.1.	Método científico.....	45
3.1.1	Tipo de la Investigación.....	45
3.1.2	Diseño de la Investigación.....	45
3.1.3	Tipo de Estudio.....	45
3.2.	Población y muestra.....	46
3.2.1.	Población.....	46
3.2.2.	Muestra.....	47
3.3.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	47
3.4.	Técnicas de procedimiento para el análisis.....	47
3.5.	Análisis e Interpretación de resultados de la encuesta realizada a los estudiantes.....	48
CAPÍTULO IV.....		64
4.	Conclusiones y Recomendaciones.....	64
4.1	Conclusiones.....	64
4.2	Recomendaciones.....	66

4.3	Materiales de referencia	68
4.3.1	Bibliografía.....	68
4.3.2	Webgrafía.	69
4.3.3	Anexos.....	70
CAPÍTULO V.....		72
5.	La Propuesta	72
5.1	Datos informativos	72
5.2	Antecedentes de la propuesta	72
5.3	Justificación.....	73
5.4	Objetivos	73
5.5	Fundamentación Científica.....	74

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Operacionalización de las variables	43
Cuadro 2. Hacer sonreír a los demás	48
Cuadro 3. Buena conversación con las personas	49
Cuadro 4. Miedo a hablar.....	50
Cuadro 5. Miedo a tratar con alguien que me atrae	51
Cuadro 6. Mi opinión es más importante.....	52
Cuadro 7. Ayudo a los demás	53
Cuadro 8. Soy tímido/a	54
Cuadro 9. Mis padres me odian y yo a ellos	55
Cuadro 10. Reconozco solo mis éxitos	56
Cuadro 11. Me gusta trabajar con los demás	57
Cuadro 12. Doy y recibo halagos.....	58
Cuadro 13. Pienso que soy superior a los demás	59
Cuadro 14. Escala de Autoestima de Rosemberg	60
Cuadro 15. Consolidado de la encuesta realizada a los estudiantes sobre habilidades sociales.....	62
Cuadro 16. Habilidades Positivas Y Negativas	62

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Hacer sonreír a los demás	48
Gráfico 2. Buena conversación con las personas	49
Gráfico 3. Miedo a hablar	50
Gráfico 4. Miedo a tratar con alguien que me atrae.....	51
Gráfico 5. Mi opinión es más importante	52
Gráfico 6. Ayudo a los demás.....	53
Gráfico 7. Soy tímido/a.....	54
Gráfico 8. Mis padres me odian y yo a ellos.....	55
Gráfico 9. Reconozco solo mis éxitos.....	56
Gráfico 10. Me gusta trabajar con los demás.....	57
Gráfico 11. Doy y recibo halagos	58
Gráfico 12. Pienso que soy superior a los demás.....	59
Gráfico 13. Escala de Autoestima de Rosemberg.....	60
Gráfico 14. Habilidades Positivas y Negativas.....	63

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**

INCIDENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA, PARALELOS "A" Y "B" DE LA UNIDAD EDUCATIVA "JUAN DE VELASCO", CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, EN EL PERIODO QUIMESTRAL FEBRERO - JULIO 2015.

RESUMEN

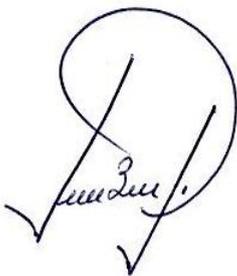
El presente proyecto estudia la incidencia de la autoestima en el desarrollo de las habilidades sociales, tiene como objetivos determinar su incidencia identificando las habilidades sociales que presenten los estudiantes y estableciendo los niveles de autoestima de 70 estudiantes de Octavo Año de Educación Básica. Se presenta un marco teórico en el que se incluye los conceptos de las variables investigadas, todas sus características más identificativas, así como sus diferentes tipos y principales procedimientos de evaluación y entrenamiento. Se caracteriza por ser un estudio de metodología cualitativa, explicativa, descriptiva y de campo, para lo cual se utilizó la encuesta y la escala de Autoestima de Rosemberg como técnica de recolección de datos, también señalamos que es una investigación de diseño no experimental y su tipo de estudio es transversal, seguidamente se resume los datos de la investigación basada en el desarrollo de las encuestas, los datos están reflejados en cuadros y gráficos junto con un análisis de los mismos, continuando con el desarrollo de las conclusiones y recomendaciones de la investigación y se elabora una guía de estrategias para orientar al docente a realizar actividades para fortalecer y mejorar la autoestima y el desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes.

Palabras Claves: incidencia, autoestima, habilidades sociales, tipos, evaluación, técnicas, encuestas, datos, guía.

Abstract

The present project studies the incidence of self-esteem in the development of social skills. Its objectives pretend to determine its incidence by identifying social skills that students present establishing self-esteem levels of 70 eight grade students of basic education. A theoretical framework is presented, which includes the concepts of the variables investigated and their most identifying characteristics, as well as their different types and main evaluation and training procedures. It is characterized by a qualitative, explanatory, descriptive and field study, so that a survey and the Rosenberg self-esteem scale were used as a data collection technique. We also point out that it is a non-experimental design and its type of study is transversal, then it summarizes research data based on the development of these surveys, the data are reflected in tables and graphs along with their analysis that continue with the development of conclusions and recommendations, a guide of strategies is developed to assist the teacher to carry out activities to strengthen and improve the students' self-esteem and develop their social skills.

KEY WORDS: Incidence, self-esteem, social skills, types, evaluation, techniques, surveys, data, guide.



Reviewed by: Barriga, Luis
Language Center Teacher



INTRODUCCIÓN

El presente trabajo trata sobre la autoestima y como esta incide en el desarrollo de las habilidades sociales, un niño con una autoestima estable es la raíz de una vida llena de logros y éxitos, es la semilla que crece para luego convertirse en un árbol frondoso y lleno de fruto.

Cuando una persona se siente feliz, vigoroso, segura y libre de complejos es un ser con una autoestima sana y buenas habilidades sociales esto facilita la autonomía, confianza, independencia, responsabilidad y la certeza de la libertad y estas son condiciones fundamentales para los niños que son el presente de la humanidad, tengan un buen futuro, el de su familia, el de su país y del mundo.

Es indispensable mencionar que las habilidades sociales no son capacidades con las que nacemos, si no que una habilidad en sí, es una capacidad de actuar que aprendemos con el tiempo, la cual es requerida para realizar una tarea, las habilidades sociales dependen de la maduración y de las experiencias de aprendizaje por ello la adaptación de dichas habilidades a nuestra persona dependerá de las demandas de las propias situaciones en interacción con los otros.

La incompetencia social se relaciona con baja aceptación, rechazo, ignorancia o aislamiento social por parte de los iguales, problemas escolares y emocionales, desajustes psicológicos y psicopatología infantil, delincuencia juvenil y diversos problemas de salud mental en la vida adulta.

Con este precedente el trabajo va orientado a la elaboración de una guía didáctica, en tal virtud orientar al docente a realizar actividades prácticas para mejorar el autoestima y el desarrollo de habilidades sociales de los educandos y que mediante ellos puedan desarrollar su expresividad verbal y corporal, ya que la participación en estas actividades es una forma

de incentivar su creatividad y capacidad por descubrir la originalidad, una forma de descargar tensiones, desahogar sus frustraciones y mejorar su desarrollo social.

Este trabajo investigativo se encuentra dividido en 5 capítulos:

EL CAPÍTULO I: contiene el marco referencial, aquí se detalla el tema, está el planteamiento del problema, la formulación del problema, también se señalan los objetivos generales y específicos, consta también la justificación e importancia del trabajo.

EN EL CAPÍTULO II: está el marco teórico, aquí se detalla los antecedentes investigativos, la fundamentación científica, la fundamentación teórica, la definición de términos básicos y las dos variables de la investigación, también se ha realizado la operacionalización de las variables tanto de la variable independiente y la variable dependiente.

EL CAPÍTULO III: habla del marco metodológico, aquí se pone de manifiesto el diseño de la investigación, el método científico, el tipo de investigación con el que trabajamos, también se detalla la población y muestra, y se da a conocer el plan de recolección, procesamiento de la información.

EN EL CAPÍTULO IV: se indican las conclusiones y recomendaciones del trabajo que a continuación se presenta, también visualizamos la referencia bibliográfica y los anexos los cuales me han servido como fuentes de información para realizar el proyecto de investigación.

EL CAPÍTULO V: corresponde a la propuesta de este trabajo de investigación en el cual cuenta con datos informativos, antecedentes de la propuesta, justificación, objetivos, fundamentación teórica y la guía misma.

CAPÍTULO I

1. Marco Referencial

1.1. Planteamiento del problema.

El ser humano es eminentemente un ser social, (Aristóteles 384 a. C) aunque todos tenemos nuestra personalidad que es lo que nos hace ser únicos e irrepetibles no podemos vivir aislados. Todo ser se comunica, todos deseamos hacernos comprender y comprender a los demás, nacemos y participamos con otros para desarrollarnos buscando mantener nuestra identidad y bienestar en una sociedad, pero no siempre sabemos hacerlo ya que no nacemos sabiendo.

La sociedad está definida más ampliamente como la matriz de las relaciones sociales dentro de la cual se desarrollan otras formas de vida de grupo. Desde pequeños crecemos dentro de una sociedad ya establecida, el proceso por el cual un niño aprende a ser un miembro de ésta se denomina socialización. Es aquí donde se generan los patrones normativos, los valores, las costumbres, habilidades, creencias, etc. Todos surgen del proceso de la interacción, el ser humano por tanto debe hacerse partícipe de esta.

Todo este proceso de aprendizaje sucede en relación con otros seres humanos, mientras más cercana o estrecha sea la relación con el otro, más efectivo será este como agente de socialización, "los padres, los profesores y los compañeros pueden estimular o desalentar la sensibilidad hacia las actitudes de otra gente ya sea disminuyendo o acentuando la importancia de la impresión social que uno produce, o ya sea por las actitudes hacia la idiosincrasia, las relaciones interpersonales y el ajuste social (Gilbert J, citado por Bonet V. 1997).

El tema de las habilidades sociales ha recibido una marcada atención en los últimos años, este incremento se debe fundamentalmente a la constatación de su importancia en el desarrollo infantil y en el posterior funcionamiento social y psicológico. Las personas no se limitan a reaccionar a las influencias externas, sino que seleccionan, organizan y transforman los estímulos que las afectan, es decir la persona es influida por el medio, pero ésta, a su vez influye en el medio. Los factores conducta, persona, medio, actúan como determinantes entrelazados. A veces los factores ambientales presionan fuertemente sobre los factores personales o viceversa, estos factores regulan el curso de los fenómenos ambientales y predominan sobre ellos. "Los ambientes sociales proporcionan muchas oportunidades de crear contingencias que afectan recíprocamente a la conducta del sujeto" (Bandura, 1982 citado por Bonet V. 1997).

Según la Unicef (Resumen ejecutivo, La niñez y la adolescencia en el Ecuador contemporáneo, 2016) en el Ecuador existe un buen porcentaje de niños y niñas que proviene de la clase económicamente media-baja, razón principal por la que en la última década sus padres tuvieron que trabajar más horas diarias por ende descuidaban a sus hijos, en otros casos tuvieron que emigrar a fin de encontrar el sustento para sus familias, convirtiéndose este hecho en una de las causas para que psicológicamente los niños afectados por este abandono sufrieran problemas en su desarrollo, al quedar en manos de otros familiares o quizás vecinas de quienes en la mayoría de los casos se han reportado maltratos físicos, psicológicos, y sexuales cuyos efectos lesionan directamente no solo el ánimo (autoestima), sino la conducta (habilidades sociales) que tiende a derivarse hacia el campo de la agresión que a futuro podrían convertirse en actos delictivos.

En la Provincia de Chimborazo el ritmo acelerado que se maneja actualmente en sociedad y la rutina laboral diaria ocasiona que los padres no cuenten con el suficiente tiempo para compartir con sus hijos y las causas o pretextos están entre el desarrollo profesional y por la

necesidad económica con lo cual se afecta la atención del hogar ocasionando problemas emocionales debido a la poca comunicación, a la falta de comportamiento, planificación del tiempo y afecto hacia los hijos eso ocasiona que existan bajas notas, problemas de conducta, baja autoestima, se vuelvan silenciosos, agresivos, falta de apetito, pérdida de sueño, mutismo, etc.

En la Unidad Educativa “Juan de Velasco”, del Cantón Riobamba, hay adolescentes de un grupo determinado de octavos de educación básica, que poseen una buena autoestima, es decir que confían en sus capacidades son arriesgadas, comunicativas, no tienen temores, porque sus padres transmitieron confianza, seguridad.

De la misma manera existen adolescentes que presentan baja autoestima que se evidencia en la inseguridad, temor a enfrentar cosas desconocidas suelen estar solos no se comunican con facilidad y en ocasiones son agresivos que favorecen o desfavorecen respectivamente a su desarrollo.

Con el presente estudio que se realizará en la Unidad Educativa “Juan De Velasco”, se quiere determinar de qué manera incide el autoestima en el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes, y así poder saber cuáles son los problemas que motivan tal o cual comportamiento, y solo entonces realizado el estudio, se pueda ayudar a alcanzar los niveles de autoestima necesarios para cultivar su desarrollo integral, es decir ayudarlo a vivir no solo con eficiencia, sino social, económica y moralmente bien.

1.2. Formulación del problema.

¿De qué manera incide la autoestima en el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de Octavo Año de Educación Básica, paralelos “A” y “B” de la Unidad Educativa “Juan de Velasco”, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015?

1.3. Objetivos

1.3.1. General:

Determinar la incidencia de la autoestima en el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de Octavo Año de Educación Básica, paralelos "A" y "B" de la Unidad Educativa "Juan de Velasco", Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015.

1.3.2. Específicos

1) Identificar las habilidades sociales, que presentan los estudiantes de Octavo Año de Educación Básica, paralelos "A" y "B" de la Unidad Educativa "Juan de Velasco", Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015.

2) Establecer los niveles de autoestima de los estudiantes de Octavo Año de Educación Básica, paralelos "A" y "B" de la Unidad Educativa "Juan de Velasco", Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015.

3) Conocer la incidencia de la autoestima en el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de Octavo Año de Educación Básica, paralelos "A" y "B" de la Unidad Educativa "Juan de Velasco", Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015.

4) Elaborar una guía de estrategias para el fortalecimiento de las habilidades sociales de los niños y niñas.

1.4. Justificación e Importancia del problema

Este trabajo es presentado como requisito para obtener el título de Licenciado en la especialidad de Psicología Educativa Orientación Vocacional y Familiar

La presente investigación, procura poner de relieve como la autoestima incide directamente en el desarrollo de las habilidades sociales de nuestros jóvenes estudiantes de

secundaria, y en sus relaciones interpersonales como un camino hacia la integración social de los niños/as con problemas de autoestima.

Se caracteriza por ser un estudio de metodología cualitativa, utilizando las encuestas y la observación como técnica de recolección de datos. Su unidad de estudio está referida a las familias, profesores y niños/as que son los principales protagonistas que permitieron la ejecución de este trabajo.

La investigación es factible por cuanto cuenta con el apoyo de las autoridades y docentes de la Unidad Educativa "Juan de Velasco" y sobre todo con la predisposición y conocimiento científico y psicológico sobre el tema por parte del investigador, lo que asegura el éxito y cumplimiento de los objetivos propuestos.

Para el desarrollo de este tema, en primer lugar, se presenta un breve marco teórico en el que se incluye una delimitación conceptual de los términos de autoestima y habilidades sociales, sus características más identificativas, así como los principales procedimientos de evaluación y entrenamiento, desde un punto de vista más psicológico, de estas competencias interpersonales.

En segundo lugar, se realiza un mayor seguimiento de las habilidades sociales desde la enseñanza, puntualizando a su vez temas como los de la timidez (baja autoestima) o asertividad (alta autoestima), que dificultan y/o faciliten el desarrollo de competencias interpersonales.

También se resume los datos de la investigación basada en el desarrollo de encuestas, junto con un análisis de las mismas.

Por último, se elabora una guía de estrategias, para orientar al docente a realizar actividades prácticas para mejorar el autoestima y el desarrollo de habilidades sociales de los educandos, ya que la participación en estas actividades es una forma de incentivar su

creatividad y capacidad por descubrir la originalidad, una forma de descargar tensiones, desahogar sus frustraciones y mejorar su desarrollo social.

CAPÍTULO II

2. Marco teórico

2.1. Antecedentes de investigaciones anteriores con respecto del problema que se investiga.

Después de revisar los archivos de la Biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías se ha podido observar que existen trabajos relacionados a nuestra investigación.

Título: Influencia de la agresividad en la autoestima de los estudiantes del Jardín Escuela Nuestro Mundo.

Período Lectivo de Realización de la Investigación: 2012-2013

Autor: Daniel Oviedo

Coautor: Dr. Claudio Maldonado

Conclusiones y Recomendaciones

Criterio personal:

Las causas que generan las conductas agresivas en los estudiantes pueden ser familiares, psicológicas o sociales, habla que los niveles de autoestima de los estudiantes con conductas agresivas severas y leves son autoestima baja y por debajo de la norma, recomienda que la investigación reciba continuidad implantando un taller planteado por el autor, también que los estudiantes que presentas dichas conductas reciban tratamiento y seguimiento por parte de un profesional y la institución verifique los avances del tratamiento de los estudiantes.

2.2. Fundamentación Científica.

2.2.1. Fundamentación Filosófica.

“La autoestima es una energía que existe en el organismo vivo, cualitativamente diferente que organiza, integra, cohesiona, unifica y direcciona todo el sistema de contactos que se realizan en el sí mismo del individuo” (Barroso, 2000).

Se conceptualiza la definición de autoestima considerando su realidad y experiencia, permitiéndole responsabilizarse de sí mismo, esta definición nos ayudara a entender la realidad de los estudiantes de la Unidad Educativa “Juan de Velasco”.

2.2.2. Fundamentación Psicológica.

“Una conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo, de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas” (Caballo, 1992).

Los estudiantes son individuos netamente sociales, por ende se observa en la institución que no existe una única manera correcta de comportarse que sea universal, esto nos ayudara para tener en cuenta en la investigación tanto lo que los estudiantes hacen como las reacciones o consecuencias que la conducta provoca en los demás.

2.2.3. Fundamentación Pedagógica.

“Las habilidades sociales son como un repertorio de comportamientos verbales y no verbales a través de los cuales los niños inciden en las respuestas de otros individuos (compañeros, padres, hermanos, maestros) en el contexto interpersonal.

Este repertorio actúa como un mecanismo a través del cual los niños inciden en su medio ambiente, obteniendo, suprimiendo o evitando consecuencias deseadas y no deseadas en la esfera social. En la medida en que una persona tiene éxito para obtener las consecuencias deseadas y evitar o escapar de las no deseadas sin causar dolor en los demás se considera que tiene habilidades sociales" (Rinn Markle, 1979).

En el ámbito de educación, donde intervienen padres, maestros y alumnos, el estudiante presenta sin número de comportamientos con los cuales identificaremos si ellos inciden en su entorno educativo, experimentado situaciones de agrado o desagrado para él y los demás.

2.2.4. Fundamentación Sociológica.

"Habilidad social es el grado en que una persona se puede comunicar con los demás de manera que satisfaga los propios derechos, necesidades, placeres u obligaciones hasta un grado razonable sin dañar los derechos, las necesidades placeres u obligaciones similares de la otra persona y comparta estos derechos, etc, con los demás en un intercambio libre y abierto" (Philips, 1978).

La comunicación es una parte importante para lograr una excelente relación con los demás, donde en dicha comunicación se debe respetar derechos, diferencia, gustos, necesidades de sí mismo y de los demás, la comunicación nos ayudara a comprender de una mejor manera los distintos tipos de habilidades sociales que presentes los estudiantes de la Unidad Educativa "Juan de Velasco".

2.3. Fundamentación Teórica

2.3.1. ¿Qué es la Autoestima?

El concepto ha ido evolucionando desde un ámbito científico a uno popular. Martin (2003) define autoestima como “un concepto, una actitud, un sentimiento, una imagen y está representada por la conducta.

“La autoestima es una energía que existe en el organismo vivo, cualitativamente diferente que organiza, integra, cohesiona, unifica y direcciona todo el sistema de contactos que se realizan en el sí mismo del individuo” (Barroso, 2000).

Nathaniel Branden (1999) define autoestima como la experiencia de ser aptos para la vida y para las necesidades ésta, y aunque considera que esta definición aún se puede perfeccionar, también la define como:

La confianza de tu derecho a la felicidad, de ese sentimiento que te dignifica y te hace merecedor de valorarte a ti mismo como persona, y las aportaciones que haces al mundo.

La Asociación Nacional para la Autoestima (National Association for Self-Esteem) define autoestima como la experiencia de tener capacidad para enfrentar los desafíos de la vida y ser merecedor de la felicidad.

Abraham Maslow, en su jerarquía de las necesidades humanas, describe la necesidad de aprecio, que se divide en dos aspectos, el aprecio que se tiene uno mismo (amor propio, confianza, pericia, suficiencia, etc.), y el respeto y estimación que se recibe de otras personas (reconocimiento, aceptación, etc.). La expresión de aprecio más sana según Maslow es la que se manifiesta, en el respeto que le merecemos a otros, más que el renombre, la celebridad y la adulación.

Sobre la base de estos conceptos tomados para nuestra investigación, sugerimos que la autoestima sea definida de la siguiente manera:

La autoestima es un aspecto clave de auto percepción y valoración personal en cuanto fortalece nuestra personalidad y confianza en la capacidad de pensar, amar, expresar nuestros sentimientos y ser felices, actuar responsablemente ante las necesidades y afrontar los desafíos de la vida alcanzando una experiencia plena y así poder gozar de los frutos de nuestras actividades.

2.3.2. Grados de la Autoestima.

La autoestima es un concepto gradual. En virtud de ello, las personas pueden presentar en esencia uno de tres estados:

2.3.2.1. Autoestima Alta.

Tener una autoestima alta equivale a sentirse confiadamente apto para la vida, o, usando los términos de la definición inicial, sentirse capaz y valioso; o sentirse aceptado como persona.

2.3.2.2. Autoestima Baja.

Tener una autoestima baja es cuando la persona no se siente en disposición para la vida; sentirse equivocado como persona.

2.3.2.3. Autoestima Media.

Tener un término medio de autoestima es oscilar entre los dos estados anteriores, es decir, sentirse apto e inútil, acertado y equivocado como persona, y manifestar estas incongruencias en la conducta reforzando así la inseguridad.

En la práctica, y según la experiencia de Nathaniel Branden, todas las personas son capaces de desarrollar la autoestima positiva, al tiempo que nadie presenta una autoestima

totalmente sin desarrollar. Cuanto más flexible es la persona, tanto mejor resiste todo aquello que, de otra forma, la haría caer en la derrota o la desesperación (Branden. N. 1987).

Antes de continuar, puntualizamos que hay tres estados básicos de Autoestima, los cuales son: Autoestima Alta que significa sentirse con plena confianza de estar apto para vivir la vida, Autoestima Baja es no sentirse en disposición de vivir, sentirse equivocado como persona y Autoestima Media es un término que va entre los dos anteriores, haciendo que la persona se sienta confiando y dudoso, acertado y equivocado como persona.

2.3.3. Escalera de la Autoestima.

2.3.3.1. Auto reconocimiento.

Es reconocerse a sí mismo, reconocer las necesidades, habilidades, potencialidades y debilidades, cualidades corporales o psicológicas, observar sus acciones, como actúa, por qué actúa y qué siente.

2.3.3.2. Auto aceptación.

Es la capacidad que tiene el ser humano de aceptarse como realmente es, en lo físico, psicológico y social; aceptar cómo es su conducta consigo mismo y con los otros.

2.3.3.3. Auto valoración.

Refleja la capacidad de evaluar y valorar las cosas que son buenas de uno mismo, aquellas que le satisfacen y son enriquecedoras, le hacen sentir bien, le permiten crecer y aprender.

2.3.3.4. Auto respeto.

Expresar y manejar en forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse, el respeto por sí mismo es la sensación de considerarse merecedor de la felicidad, es tratarse de la mejor forma posible, no permitir que los demás lo traten mal; es el

convencimiento real de que los deseos y las necesidades de cada uno son derechos naturales, lo que permitirá poder respetar a los otros con sus propias individualidades.

2.3.3.5. Auto superación.

Si la persona se conoce es consciente de sus cambios, crea su propia escala de valores, desarrolla y fortalece sus capacidades y potencialidades, se acepta y se respeta; está siempre en constante superación, por lo tanto, tendrá un buen nivel de autoestima, generando la capacidad para pensar y entender, para generar, elegir y tomar decisiones y resolver asuntos de la vida cotidiana, escuela, amigos, familia (Bonet. V, 1997).

Como pudimos observar en la Escalera de la Autoestima, para tener una autoestima de roca por así decirlo, debemos saber reconocernos a nosotros mismo, aceptarnos tal y como somos, evaluar y valorar las cosas buenas que tenemos en nosotros, expresar y respetar nuestros sentimientos, desarrollar y potencializar nuestras habilidades.

2.3.4. Auto eficacia y Auto dignidad

La autoestima tiene dos aspectos interrelacionados:

2.3.4.1. Auto eficacia.

Confiar en el funcionamiento de mi mente, capacidad de pensar, en los procesos por los cuales juzgo, elijo, decido; confianza en la capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en la esfera de mis intereses y necesidades; confianza concedora en uno mismo.

2.3.4.2. Auto dignidad.

Seguridad de mi valor; una actitud afirmativa hacía mi derecho de vivir y felicidad.

Las dos son los pilares duales de la autoestima. La falta de alguno de ellos afecta enormemente; representan la esencia de la autoestima (Martín, R. 2013).

Siendo así decimos que la auto eficacia es un sentirse ganador y de poder salir adelante por si solo y auto dignidad es un sentido de mérito personal.

2.3.5. Los tres estados de la Autoestima

Esta clasificación propuesta por Martín Ross, distingue tres estados de la Autoestima en comparación con las hazañas (triumfos, honores, virtudes) y las anti-hazañas (derrotas, vergüenzas, etc.) de la persona.

2.3.5.1. Autoestima Derrumbada.

Cuando la persona no se considera apreciable, puede estar tapada por una derrota y se da el nombre de su anti-hazaña.

2.3.5.2. Autoestima Vulnerable.

El individuo se quiere a sí mismo y tiene una buena imagen de sí. Pero su Autoestima es demasiado frágil a la posible llegada de anti-hazañas y por eso siempre está nervioso y utiliza mecanismos de defensa.

2.3.5.3. Autoestima Fuerte.

Tiene una buena imagen de sí y fortaleza para que las anti-hazañas no la derriben y menor miedo al fracaso (Martín, R. 2013, citado por Ovidio D`Angelo Hernández 2003).

En comparación con nuestras hazañas y anti-hazañas encontramos los tres estados, sin embargo, ninguna Autoestima es indestructible, frágil o derrotada y por situaciones de la vida, se puede caer o levantar y llegar a cualquier otro de los estados de la Autoestima.

2.3.6. Importancia de la Autoestima.

Es imposible la salud psicológica, a no ser que lo esencial de la persona sea fundamentalmente aceptado, amado y respetado por otros y por ella misma (Maslow, A. citado por Bonet. V. 1997).

José-Vicente Bonet, en su libro “Sé amigo de ti mismo”, recuerda que la importancia de la autoestima es algo evidente:

La importancia de la autoestima se aprecia mejor cuando cae uno en la cuenta de que lo opuesto a ella no es la heteroestima, o estima de los otros, sino la desestima propia, rasgo característico de ese estado de suma infelicidad que llamamos “depresión”. Las personas que realmente se desestiman, se menosprecian, se malquieren, no suelen ser felices, pues no puede uno desentenderse u olvidarse de sí mismo.

Podemos concluir diciendo que la importancia de la autoestima está, en que permite a las personas enfrentarse a la vida con mayor confianza, benevolencia y optimismo, y por consiguiente alcanzar más fácilmente sus objetivos y auto realizarse, la autoestima permite convencernos de merecer la felicidad

2.3.7. La Autoestima y los niños

2.3.7.1. ¿Qué es la Autoestima en los niños?

La autoestima es la conciencia de una persona de su propio valor, también el punto más alto de lo que somos y de nuestras responsabilidades, con determinados aspectos buenos y otros mejorables, y la sensación gratificante de querernos y aceptarnos como somos por nosotros mismos y hacia nuestras relaciones. Es nuestro espejo real, que nos enseña cómo somos, qué habilidades tenemos y cómo nos desarrollamos a través de nuestras experiencias y expectativas. Es el resultado de la relación entre el carácter del niño y el ambiente en el que éste se desarrolla.

2.3.7.2. La autoestima marca el desarrollo del niño.

La autoestima es un elemento básico en la formación personal de los niños. De su grado de autoestima dependerá su desarrollo en el aprendizaje, en las buenas relaciones, en las actividades, y por qué no decirlo, en la construcción de la felicidad. Cuando un niño adquiere una buena autoestima se siente competente, seguro, y valioso. Entiende que es importante aprender, y no se siente disminuido cuando necesita de ayuda.

Será responsable, se comunicará con fluidez, y se relacionará con los demás de una forma adecuada. Al contrario, el niño con una baja autoestima no confiará en sus propias posibilidades ni en las de los demás. Se sentirá inferior frente a otras personas y, por lo tanto, se comportará de una forma más tímida, más crítica y con escasa creatividad, lo que en algunos casos le podrá llevar a desarrollar conductas agresivas, y a alejarse de sus compañeros y familiares.

2.3.7.3. El papel de los padres en la autoestima de los niños

La autoestima es una pieza fundamental en la construcción de los pilares de la infancia y adolescencia. La autoestima no es una asignatura que se aprenda en el colegio. Se construye diariamente en a través de las relaciones personales de aceptación y confianza. El lado emocional de los niños jamás debe ser ignorado por los padres y profesores. Hay que estar atentos a los cambios de humor de los niños y a sus altibajos emocionales. Desde el nacimiento a la adolescencia, por su vulnerabilidad y flexibilidad, los niños deben encontrar seguridad y afecto en las personas que les rodean y los padres pueden hacer mucho por mejorar la autoestima de su hijo.

2.3.7.4. El trabajo de la autoestima y las habilidades sociales en clase son muy importantes.

- Condiciona el aprendizaje, si conseguimos que el alumno mejore sus habilidades respecto a clase y al grupo, esto tendrá repercusión en todo el comportamiento escolar, familiar y social.
- Supera las dificultades personales, siendo capaz de afrontar los fracasos cotidianos y de reaccionar buscando la solución de sus obstáculos.
- Fundamenta la responsabilidad, normalmente sólo se compromete el que tiene confianza en sí mismo, el que cree en su aptitud y encuentra los recursos requeridos para superar las dificultades. Por ello, es importante el fomentar en el alumnado la responsabilidad.
- Apoya la creatividad, si conseguimos fomentar la creatividad estamos fomentando la seguridad en sí mismo, en su originalidad y en sus capacidades.
- Determina la autonomía personal: Es básico en la función del educador el formar alumnos autónomos, autosuficientes, seguros de sí mismos, capaces de tomar decisiones, que se acepten. (Díaz-Aguado 1995, citado por Branden. N, 1999).

Es en la niñez cuando se va desarrollando el concepto que uno tiene sobre sí mismo, a través de las diversas experiencias vividas, lo que ven y oyen en su entorno y las oportunidades que reciben. Sin embargo, hay que decir que la autoestima no se queda quieta, se va forjando en la infancia, pero es susceptible de mejorar para posibilitar una mayor confianza en uno mismo

Podemos mencionar como parte importante en el trabajo de autoestima y habilidades sociales en el aula al profesor, este debe fomentar la autoestima y las habilidades sociales a sus alumnos, el ha de tratar de adecuar los componentes verbales y no verbales, actividades,

dinámicas, juegos entre otras cosas a los alumnos, para así poder tener unas buenas relaciones y mejorar su autoestima.

2.3.8. Indicadores de la Autoestima.

2.3.8.1. Indicios positivos de autoestima.

La persona que se autoestima suficientemente:

- Cree con firmeza en ciertos valores y principios, y está dispuesta a defenderlos incluso aunque encuentre oposición.
- Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio criterio, y sin sentirse culpable cuando a otros no les parezca bien su proceder.
- No pierde el tiempo preocupándose en exceso por lo que le haya ocurrido en el pasado ni por lo que le pueda ocurrir en el futuro.
- Confía plenamente en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar fácilmente por fracasos y dificultades.
- Como persona, se considera y siente igual que cualquier otro; ni inferior, ni superior; sencillamente, igual en dignidad.
- Da por sentado que es interesante y valiosa para otras personas, al menos para aquellos con los que mantiene amistad.
- No se deja manipular, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- Reconoce y acepta en sí misma diferentes sentimientos y pulsiones, tanto positivas como negativas.
- Es capaz de disfrutar con una gran variedad de actividades.
- Es sensible a los sentimientos y necesidades de los demás.

(Adaptados de D.E. Hamachek, *Encounters with the Self*, Rinehart, Nueva York, 1971, citado por Bonet. J. 1997).

2.3.8.2. Indicios negativos de autoestima

La persona con autoestima deficiente suele manifestar algunos de los siguientes síntomas:

- Autocrítica rigorista
- Hipersensibilidad a la crítica
- Indecisión crónica
- Deseo excesivo de complacer
- Perfeccionismo
- Culpabilidad neurótica
- Hostilidad flotante
- Tendencias defensivas

(Adaptados de J. Gill, Indispensable Self-Esteem, en Human Development, vol. 1, 1980, citado por Bonet. J. 1997).

2.3.9. Escala de Autoestima de Rosemberg

Indicación: Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

Codificación proceso: 1.1.1.2.1.1.4. Autoestima (CIPE-a).

Administración: La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

Interpretación: De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1 .De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada considerada como autoestima normal.

De 26 a 29 puntos: Autoestima media: no presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

Propiedades psicométricas: La escala ha sido traducida y validada al castellano la consistencia interna de la escala se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,82 a 0,88.

La Escala de Rosemberg es la escala de autoestima más ampliamente utilizada con fines de investigación, pero no es una herramienta de diagnóstico clínico en sí misma, y no debe sustituir en ningún caso una valoración profesional.

Dado que el concepto de autoestima resulta familiar y conocido para la mayoría, es probable que esta prueba no aporte nada nuevo o excepcional sobre tu autoestima. Sin embargo sí que puede darte una mejor idea sobre tu nivel de autoestima en relación con un grupo normativo de referencia.

2.3.10. ¿Qué son las Habilidades Sociales?

Las habilidades sociales suelen considerarse como un conjunto de comportamientos interpersonales. El término habilidad se utiliza para indicar que la competencia social no es un rasgo de la personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos y adquiridos.

Fernández y Carrotlbes (1989) define la conducta socialmente habilidosa como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contenido interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que normalmente resuelven los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Philips, (1978), con respecto a las habilidades sociales sostuvo “El grado en que una persona se puede comunicar con los demás de manera que satisfaga los propios derechos, necesidades, placeres u obligaciones hasta un grado razonable sin dañar los derechos, las necesidades placeres u obligaciones similares de la otra persona y comparta estos derechos, etc, con los demás en un intercambio libre y abierto.

Caballo (1986), define así: “La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”.

En conclusión se considera que las habilidades sociales, permiten la interacción entre los individuos; el cual favorece a elevar su autoestima y mejorar sus relaciones humanas, que lo conllevan a realizar acciones positivas para ser aceptado por los demás. Cada vez es más

acertado afirmar que para llegar a ser una persona exitosa se es necesario desarrollar este tipo de habilidades paralelo a cualquier otro desarrollo académico, claro si tomamos en cuenta que el éxito no solo se mide en función al dinero sino a un estado de equilibrio en todas los aspectos: personales, afectivos, sociales y cognitivos que tiene una persona.

2.3.11. Importancia de las habilidades sociales

Las habilidades sociales son importantes en los diferentes contextos donde la persona interactúa, tanto para la población adulta como infantil.

En el marco de la psicología de la salud, la aplicación de las habilidades sociales se viene utilizando como estrategia, dirigida al tratamiento del déficit de la ansiedad social, depresión alcoholismo, esquizofrenia, etc. y dirigida como un enfoque preventivo (Caballo, 1983 citado por Cujilema, E. E. 2012).

En el contexto escolar la importancia de las habilidades sociales viene dado por los comportamientos contrarios a la propia habilidad de interacción positiva de algunos alumnos con los iguales y con las personas adultas. El comportamiento destructivo dificulta el aprendizaje y si esta destructividad alcanza niveles de agresión, constituye un importante foco de estrés para el profesor y origina consecuencias negativas para los demás compañeros, deteriorándose las relaciones interpersonales y el rendimiento escolar (Valles, 1988 y Schindler, 1941 citado por Cujilema, E. E. 2012).

En el ámbito social es asegurado el éxito de la persona por la sociabilidad del individuo y sus relaciones interpersonales en el caso de los niños, sus habilidades para interactuar con los iguales y con los adultos significativos (padres, familiares, profesores, conocidos, etc.) (Monjas, 1993 citado por Cujilema, E. E. 2012)

En el ámbito laboral, se hace necesario el desarrollo de habilidades de comunicación eficaces, así como la consideración de la importancia de poseer habilidades para superar con

éxito entrevistas de selección de personal. La capacidad de liderazgo, de trabajo en equipo y las habilidades de comunicación, constituyen contenidos habituales de los programas de formación empresarial (García & Valles, 1995 citado por Cujilema, E. E. 2012).

En el ámbito de relaciones familiares, las habilidades de comunicación están dirigidas fundamentalmente a las parejas y a los padres e hijos (Caballo, 1983 citado por Cujilema, E. E. 2012).

Como podemos observar, el tema de las habilidades sociales se encuentra presente en nuestra vida diaria, ya sea tanto por la presencia de éstas como por su ausencia, tanto en ambientes familiares, laborales como entre amigos. Aprender y desarrollar estas habilidades en uno mismo es fundamental para conseguir unas relaciones óptimas y satisfactorias con los demás.

Son numerosos los beneficios que obtendremos con su puesta en práctica, como conseguir que no nos impidan lograr nuestros objetivos, saber expresarnos y tener en cuenta los intereses, necesidades y sentimientos ajenos, obtener aquello que queremos, comunicarnos satisfactoriamente con los demás y facilitar una buena autoestima, entre otros.

2.3.12. Características de las habilidades sociales.

Alberti (1977) citado por Caballo, V. (2007), dijo que las habilidades sociales son clases de respuestas que presentan estas características.

- Una característica de la conducta, no de las personas.
- Una característica específica a la persona y a la situación, no universal.
- Debe contemplarse en el contexto cultural del individuo, así como en términos de otras variables situacionales.
- Esté basada en la capacidad de un individuo de escoger libremente su acción.

- Es una característica de la conducta socialmente efectiva, no dañina.

Caballo, V. (2007), propone 14 clases de repuestas o dimensiones conductuales:

- Hacer cumplidos.
- Aceptar cumplidos.
- Hacer peticiones.
- Expresar amor, agrado y afecto.
- Iniciar y mantener conversaciones.
- Defender los propios derechos.
- Rechazar peticiones.
- Expresar opiniones personales, incluido el desacuerdo.
- Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.
- Petición de cambio de conducta del otro.
- Disculparse a admitir ignorancia.
- Afrontar las críticas.
- Solicitar un trabajo.
- Hablar en público.

Podemos mencionar que existen diversas características de las habilidades sociales, todas estas se adquieren a través del aprendizaje, en ellas influyen comportamientos verbales y no verbales también suponen iniciativas y respuestas afectivas apropiadas, las características tienen que ser recíprocas ya que esto acrecienta el comportamiento social de las personas.

2.3.13. Clases de habilidades sociales

Peñañiel y Serrano (2010) nos dice que según el tipo de destrezas que se desarrollen se pueden encontrar tres clases de habilidades sociales:

2.3.13.1. Cognitiva

Son todas aquellas en las que intervienen aspectos psicológicos, las relacionadas con el pensar. Algunos ejemplos son:

- Identificación de necesidades, preferencias, gustos y deseos en uno mismo y en los demás.
- Identificación y discriminación de conductas socialmente deseables.
- Habilidad de resolución de problemas mediante el uso de pensamiento alternativo, consecuencial y relacional.
- Autorregulación por medio del autorrefuerzo y el autocastigo.
- Identificación de estados de ánimo en uno mismo y en los demás.

2.3.13.2. Emocionales

Son aquellas habilidades en las que están implicadas la expresión y manifestación de diversas emociones, como la ira, el enfado, la alegría, la tristeza, el asco, la vergüenza, etc. Son todas las relacionadas con el sentir.

2.3.13.3. Instrumentales

Se refiere a aquellas habilidades que tienen una utilidad. Están relacionadas con el actuar. Algunos ejemplos son:

- Conductas verbales: inicio y mantenimiento de conversaciones, formulación de preguntas, formulación de respuestas, etc.
- Alternativas a la agresión, rechazo de provocaciones, negociación en conflictos, etc.

- Conductas no verbales: posturas, tono de voz, intensidad, ritmo, gestos y contacto visual.

Cabe mencionar que las habilidades sociales pueden ser de diferentes clase en este caso son según el tipo de destrezas que se desarrollen ya sean cognitivas relacionadas con el pensar, emocionales abarca todas las emociones e instrumentales relacionadas con la acción-respuesta.

2.3.14. Tipología de las habilidades sociales

Para Goldstein y otros (1980) citado por Peñafiel y Serrano (2010), las habilidades sociales, según su tipología son:

2.3.14.1. Habilidades sociales básicas

- Escuchar.
- Iniciar una conversación.
- Mantener una conversación.
- Formular una pregunta.
- Dar las gracias.
- Presentarse.
- Presentar a otras personas.
- Hacer un elogio

2.3.14.2. Habilidades sociales avanzadas

- Pedir ayuda.
- Participar.
- Dar instrucciones.
- Seguir instrucciones.

- Disculparse.
- Convencer a los demás.

2.3.14.3. Habilidades relacionadas con los sentimientos

- Conocer los propios sentimientos.
- Expresar sentimientos.
- Conocer los sentimientos de los demás.
- Enfrentarse al enfado de otro.
- Expresar afecto.
- Resolver el miedo.
- Auto recompensarse.

2.3.14.4. Habilidades alternativas a la agresión

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

2.3.14.5. Habilidades para hacer frente al estrés

- Formular una queja.
- Responder a una queja.
- Demostrar deportividad después de un juego.

- Resolver la vergüenza.
- Arreglárselas cuando te dejan de lado.
- Defender a un amigo.
- Responder a la persuasión.
- Responder al fracaso.
- Enfrentarse a los mensajes contradictorios.
- Responder a una acusación.
- Prepararse para una conversación difícil.
- Hacer frente a las presiones del grupo.

2.3.14.6. Habilidades de planificación

- Tomar decisiones realistas.
- Discernir sobre la causa de un problema.
- Establecer un objetivo.
- Determinar las propias habilidades.
- Recoger información.
- Resolver los problemas según su importancia.
- Tomar una decisión eficaz.
- Concentrarse en una tarea

Las habilidades sociales anteriormente citadas comprenden un extenso conjunto de elementos verbales y no verbales que se combinan en algunos comportamientos o conductas. Además, de los componentes verbales y no verbales, las habilidades sociales dependen de los pensamientos, autocríticas, sentimientos, etc. Para su correcta ejecución.

2.3.15. La Asertividad

Existe cierta confusión a la hora de utilizar las palabras asertividad y habilidades sociales, de forma que hay autores que las consideran sinónimos, mientras que otros defienden que corresponden a conceptos diferentes.

El constructo asertividad fue definido por Alberti y Emmons (1970) como el comportamiento que fomenta la igualdad en las relaciones humanas, permitiéndonos actuar en defensa de los intereses propios, defendernos sin ansiedad injustificada, expresar sincera y agradablemente nuestros sentimientos y poner en práctica nuestros derechos personales respetando los derechos de los demás.

La asertividad proviene de un modelo clínico, cuya definición apunta a un gran conjunto de comportamientos interpersonales que se refieren a la capacidad social de expresar lo que se piensa, lo que se siente y lo que se cree de manera adecuada al medio y sin ansiedad, para que esto se dé son necesarias buenas estrategias comunicacionales.

Sin embargo, el concepto de asertividad ha evolucionado y se considera que la conducta asertiva se refiere a aquellos comportamientos interpersonales cuya ejecución implica cierto riesgo social, es decir, que es posible la ocurrencia de algunas consecuencias negativas en referencia al término de la conducta asertiva. Más aún, la falta de asertividad, dependiendo de la cultura, puede incluso ser valorada positivamente por los grupos de pertenencia a costa de que la persona no logre sus objetivos sociales (Caballo, V. 2007).

Entonces se entiende por asertividad que puede considerarse englobada en el término más general de habilidades Sociales. Es la habilidad para emitir conductas que afirmen o ratifiquen la propia opinión, sin emplear conductas agresivas para las demás, es un comportamiento de expresión directa de los propios sentimientos y de defensa de los derechos personales y respeto por los de las demás, sin menospreciar la propia autoestima.

2.3.15.1. Las diferencias entre conducta asertiva, no asertiva y agresiva

2.3.15.1.1. Conducta asertiva

Comportamiento adecuado y reforzante que ayuda al individuo a expresarse libremente y a conseguir, frecuentemente, los objetivos propuestos.

El entrenamiento asertivo mejora las relaciones sociales, se sienten más satisfechos consigo mismos y con el mundo, desaparecen síntomas psicósomáticos. Cuando eres asertivo, nadie tiene derecho a aprovecharse del otro en un nivel de ser humano a ser humano. Cada persona tiene derecho a expresar opiniones tenga la cultura que tenga, es decir, puede expresar sus derechos innatos.

El objetivo de la aserción es la comunicación directa, clara y no ofensiva para tener y conseguir el respeto, la conducta asertiva no tiene siempre como resultado la ausencia de conflicto entre las dos partes, puede que a veces la conducta asertiva de una persona cause molestias a la otra persona, pero la persona que ha actuado asertivamente, se siente mejor por haber sido capaz de expresar sus opiniones (Caballo, V. 2007).

El resultado de la conducta asertiva es una disminución de la ansiedad, unas relaciones más íntimas y significativas, un mayor respeto hacia uno mismo y una mejor adaptación social.

2.3.15.1.2. Conducta no asertiva

Esta conducta va acompañada de negación verbal, evitación de la mirada, habla vacilante con poco volumen, postura corporal tensa y movimientos nerviosos o inapropiados. Es una falta de respeto hacia las propias necesidades.

El objetivo de la conducta no asertiva es apaciguar a los demás y evitar conflictos a toda costa, las consecuencias que puede tener este tipo de conducta es la insatisfacción de sus necesidades por la falta de comunicación o por la comunicación indirecta o incompleta. Se

siente incomprendida, no tomada en cuenta, manipulada, puede incluso volverse hostil o irritada, incluso sentirse mal consigo mismo por no saber expresar sus sentimientos u opiniones. Puede causarle sentimientos de culpa, ansiedad, depresión y baja autoestima, además de dolores de cabeza, úlceras de diversos tipos, etc., puede que al final estalle. (Caballo, V. 2007).

Las personas con conducta no asertiva suelen necesitar apoyo emocional de los demás, son agradables pero pueden llegar a molestar o frustrar a la persona que le escucha, también son emocionalmente mentirosos y no puede actuar automáticamente, no está seguro de sus sentimientos, son personas pasivas.

2.3.15.1.3. Conducta agresiva

Puede expresarse de forma directa o indirecta. La agresión verbal directa incluye ofensas verbales, insultos, amenazas, humillaciones, etc. La agresión no verbal incluye gestos hostiles, amenazantes, miradas intensas, ataques físicos, etc. La agresión verbal indirecta incluye sarcasmos, comentarios rencorosos, etc. La no verbal agresiva indirecta son gestos físicos dirigidos a la otra persona cuando ésta no se da cuenta o no está mirando en ese momento.

El objetivo es dominar y vencer a través de la humillación, la degradación y el dominar a los demás para que se sientan más débiles e inferiores. Sería “esto es lo que yo pienso y tu eres estúpido por pensar diferente”.

Los efectos que puede ocasionar son frustración, culpa, conflictos intrapersonales, imagen pobre de sí mismo, hacer daño a los demás, tensión, perder oportunidades, soledad, etc.

(Caballo, V. 2007)

Podemos mencionar que en la conducta asertiva la persona controla mejor su ambiente y está más satisfecha consigo misma y con los demás, mientras que en la conducta no asertiva

implica la violación de los propios derechos al no ser capaz de expresar honestamente sentimientos, pensamientos y opiniones por falta de confianza y finalmente tenemos la conducta agresiva que implica la defensa de los derechos personales y la expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de forma deshonesta, inapropiada y violando los derechos de los demás.

2.3.16. La Comunicación

La comunicación es el acto por el cual un individuo establece con otro un contacto que le permite transmitir una información. En la comunicación intervienen diversos elementos que pueden facilitar o dificultar el proceso.

- Emisor: La persona (o personas) que emite un mensaje.
- Receptor: La persona (o personas) que recibe el mensaje.
- Mensaje: Contenido de la información que se envía.
- Canal: Medio por el que se envía el mensaje.
- Código: Signos y reglas empleadas para enviar el mensaje.
- Contexto: Situación en la que se produce la comunicación.

La comunicación eficaz entre dos personas se produce cuando el receptor interpreta el mensaje en el sentido que pretende el emisor. García A. (2012)

2.3.16.1. Tipos de Comunicación

Las formas de comunicación humana pueden agruparse en dos grandes categorías: la comunicación verbal y la comunicación no verbal:

La comunicación verbal se refiere a las palabras que utilizamos y a las inflexiones de nuestra voz (tono de voz).

La comunicación no verbal hace referencia a un gran número de canales, entre los que se podrían citar como los más importantes el contacto visual, los gestos faciales, los movimientos de brazos y manos o la postura y la distancia corporal:

- Contacto visual
- Gestos faciales (expresión de la cara)
- Movimientos de brazos y manos
- Postura y distancia corporal

2.3.16.2. Técnicas de comunicación eficaz

Todos conocemos y podríamos citar en teoría cuales son los principios básicos para lograr una correcta comunicación, pero, tal vez por sonar a tonto, frecuentemente nos olvidamos de ellos. Algunas de las estrategias que podemos emplear son tan sencillas como las siguientes:

2.3.16.2.1. La escucha activa

Uno de los principios más importantes y difíciles de todo el proceso comunicativo es el saber escuchar. La falta de comunicación que se sufre hoy día se debe en gran parte a que no se sabe escuchar a los demás. Se está más tiempo pendiente de las propias emisiones, y en esta necesidad propia de comunicar se pierde la esencia de la comunicación, es decir, poner en común, compartir con los demás, existe la creencia errónea de que se escucha de forma automática, pero no es así, escuchar requiere un esfuerzo superior al que se hace al hablar y también del que se ejerce al escuchar sin interpretar lo que se oye.

Elementos que facilitan la escucha activa:

- Disposición psicológica: prepararse interiormente para escuchar.
- Observar al otro: identificar el contenido de lo que dice, los objetivos y los sentimientos.
- Expresar al otro que le escuchas con comunicación

2.3.16.2.2. Algunos aspectos que mejoran la comunicación

- Al criticar a otra persona, hablar de lo que hace, no de lo que es. Las etiquetas no ayudan a que la persona cambie, sino que refuerzan sus defensas
- Discutir los temas de uno en uno, no "aprovechar" que se está discutiendo
- No ir acumulando emociones negativas sin comunicarlas, ya que producirían un estallido que conduciría a una hostilidad destructiva.
- No hablar del pasado. Rememorar antiguas ventajas, o sacar a relucir los “trapos sucios” del pasado, no sólo no aporta nada provechoso, sino que despierta malos sentimientos.
- Ser específico. Ser específico, concreto, preciso, es una de las normas principales de la comunicación.
- Evitar las generalizaciones. Los términos "siempre" y "nunca" raras veces son ciertos y tienden a formar etiquetas
- Ser breve. Repetir varias veces lo mismo con distintas palabras.
- Cuidar la comunicación no verbal.

García A. (2012).

Como somos primordialmente seres sociales, en el sentido de que pasamos la mayor parte de nuestras vidas con otras personas. Por consiguiente, es importante aprender a entenderse y comunicarse con los otros y a funcionar adecuadamente en situaciones sociales. Ciertas habilidades de comunicación como la escucha activa, nos ayudan a mejorar las relaciones interpersonales.

2.3.17. Cómo se aprenden y desarrollan las habilidades sociales?

El ser humano es un ser social que sólo resuelve sus necesidades básicas en la relación con los demás. Entre sus necesidades está la de construir vínculos afectivos y sociales para sentirse psicológicamente seguro y acompañado en lugar de solo y abandonado (López y Fuentes 1994, citado por Cujilema, E. E. 2012).

En opinión de Echeburúa (1993), la estimulación social que hacen los padres por ejemplo, relaciones con vecinos, juegos colectivos, correlaciona directamente con el grado de desenvolvura social de los niños. La exposición a situaciones sociales nuevas y variadas, facilita la adquisición de habilidades sociales y disipa los temores sociales iniciales.

Por el contrario, padres inhibidos y tímidos o poco sociables, evitan exponerse a sí mismos y a sus hijos a situaciones sociales. Así los niños aprenden repertorios de habilidades sociales escasos, aprenden respuestas de inhibición y/o de evitación (Monjas, 2000 citado por Cujilema, E. E. 2012).

En los años siguientes, además de la familia entran en juego otras figuras significativas de interacción como son las compañeras y compañeros, los iguales, los/as profesores/as y educadores en general de socialización, merced a la interacción con otras personas y posibilitada principalmente por los siguientes mecanismos:

- a) aprendizaje por experiencia directa
- b) aprendizaje por observación
- c) aprendizaje verbal o instruccional
- d) aprendizaje por feedback interpersonal.

2.3.17.1. Aprendizaje por experiencia directa

Las conductas interpersonales están en función de las consecuencias aplicadas por el entorno después de cada comportamiento social. Si cuando un niño sonrío a su padre, éste le

gratifica, esta conducta tenderá a repetirse y entrará con el tiempo a formar parte del repertorio de conductas del niño. Si el padre ignora la conducta, ésta se extinguirá y si por el contrario el padre le castiga, la conducta tenderá a extinguirse y no sólo esto, sino que además aparecerán respuestas de ansiedad condicionada que seguramente interferirán con el aprendizaje de otras nuevas conductas.

2.3.17.2. Aprendizaje por observación

El niño aprende conductas de relación como resultado de la exposición ante modelos significativos. La teoría del aprendizaje social defiende que muchos comportamientos se aprenden por observación de otras personas. Por ejemplo, un niño observa que su hermano es castigado cuando utiliza un tono de voz desagradable para hacer peticiones; aprenderá a no imitar esa conducta. Marta observa que la profesora elogia a su compañera de mesa porque en el recreo ha ayudado a un niño; Marta tratará de imitar esa conducta. Los modelos a los que el niño y la niña se ven expuestos son muy variados a lo largo del desarrollo y entre ellos están hermanos, primos, vecinos, amigos, padres, profesores y adultos en general. También son muy importantes, y hemos de tener en cuenta su influjo, los modelos simbólicos (televisión principalmente).

2.3.17.3. Aprendizaje verbal o instruccional

El sujeto aprende a través de lo que se le dice. Es una forma no directa de aprendizaje. En el ámbito familiar, esta instrucción es informal, pero en el ámbito escolar suele ser sistemática y directa. Un ejemplo es cuando los padres incitan al niño a bajar el tono de voz, a pedir las cosas por favor o cuando le explican y dan instrucciones directas de cómo afrontar la solución de un conflicto que tiene con una amiga.

2.3.17.4. Aprendizaje por feedback interpersonal

El feedback interpersonal es la explicitación por parte de los interactores y los observadores de cómo ha sido nuestro comportamiento; la otra persona nos comunica su

reacción ante nuestra conducta. Esto ayuda a la corrección del mismo sin necesidad de ensayos. Si un niño está pegando a otro y su madre pone cara de enfado, seguramente el niño cesará de hacer eso. Si estoy hablando con una amiga y se le empieza a abrir la boca, seguramente interpretaré que se está aburriendo y cambiaré mi conducta. Así concebido, el feedback puede entenderse como reforzamiento social administrado contingentemente por la otra persona durante la interacción (Vicente. E. Caballo, 2007).

Podemos comentar que en el proceso de desarrollo y aprendizaje de habilidades sociales, sobre todo en los años iniciales, desempeña un papel muy relevante la familia y las primeras figuras de apego, que al hablar de desarrollo social se hace referencia habitualmente al grado en que el niño ha adquirido una serie de habilidades comportamentales que posibilitan su adaptación a las exigencias del medio social. Entre tales habilidades se incluyen tanto las relacionadas con autonomía e independencia, como las que tienen que ver con la capacidad de relación interpersonal.

2.4. Definiciones de Términos Básicos.

- **Habilidad:** proviene del término latino habilītas y hace referencia a la maña, el talento, la pericia o la aptitud para desarrollar alguna tarea. La persona hábil, por lo tanto, logra realizar algo con éxito gracias a su destreza.
- **Habilidad Social:** son un arte de relacionarse con las personas y el mundo que le rodea. Son conductas adecuadas para conseguir un objetivo ante situaciones sociales específicas. Nos sirven para desempeñarnos adecuadamente ante los demás. Son formas de comunicarnos tanto verbal como no verbalmente con el otro.
- **Autoestima:** es un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales.
- **Interacción:** vocablo que describe una acción que se desarrolla de modo recíproco entre dos o más organismos, objetos, agentes, unidades, sistemas, fuerzas o funciones.
- **Socialización:** socialización o sociabilización es el proceso a través del cual los seres humanos aprenden e interiorizan las normas y los valores de una determinada sociedad y cultura específica.
- **Personalidad:** La personalidad es una estructura de carácter psicológico que hace referencia al conjunto de rasgos distintivos de un individuo.
- **Feedback:** En un proceso comunicativo, Al feedback lo denominamos toda respuesta o reacción relevante que el receptor envía al emisor de un mensaje, y que sirve a este último para cerciorarse de que el mensaje cumplió su intención comunicativa, y para que el emisor pueda variar, reconfigurar o adaptar el mensaje al receptor según la respuesta que vaya obteniendo de este.

- **Comunicación:** es un fenómeno inherente a la relación que los seres vivos que mantienen cuando se encuentran en grupo.
- **Asertividad:** La asertividad es una de las cualidades más importantes en ambientes en donde se debe trabajar en grupo, establecer lazos interpersonales y comunicar a audiencias más o menos amplias.
- **Depresión:** La depresión es un trastorno emocional que se caracteriza por la pérdida de la felicidad que se venía experimentando y la inmersión en un estado de abatimiento que, y dependiendo de sus causas, en algunos casos puede ser crónica y en otros momentánea
- **Percepción:** La percepción es el acto de recibir, interpretar y comprender a través de la psiquis las señales sensoriales que provienen de los cinco sentidos orgánicos.
- **Conductas:** La conducta es el conjunto de actos, comportamientos, exteriores de un ser humano y que por esta característica exterior resultan visibles y plausibles de ser observados por otros

2.5. Variables

2.5.1. Dependiente

Habilidades Sociales

2.5.2. Independiente

Autoestima

2.6. Operacionalización de las variables.

Cuadro 1. Operacionalización de las variables

VARIABLES	CONCEPTO	CATEGORÍA	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTO
<p>VARIABLE DEPENDIENTE:</p> <p>HABILIDADES SOCIALES</p>	<p>Son un conjunto de conductas, necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva mutuamente satisfactoria.</p>	<p>Conductas</p> <p>Relaciones</p>	<p>Asertiva</p> <p>Agresiva</p> <p>Pasiva</p> <p>Familiares</p> <p>Personales/Sociales</p> <p>Amorosas</p>	<p>Encuesta- cuestionarios</p>

<p>VARIABLE INDEPENDIENTE: AUTOESTIMA</p>	<p>Es un aspecto clave de autopercepción y valoración personal.</p>	<p>Autopercepción</p> <p>Valoración personal</p>	<p>Autoimagen</p> <p>Autoconcepto</p> <p>Alta</p> <p>Baja</p> <p>Media</p>	<p>Test- Escala de autoestima de Rosenberg</p>
---	---	--	--	--

CAPÍTULO III

3. Marco Metodológico.

3.1. Método científico

El método científico ayudó en la investigación ya que de modo ordenado se llegó al conocimiento de la verdad, en el ámbito social del estudiante.

Con la utilización del método científico buscamos obtener conocimientos e informar sobre hechos o fenómenos que ayuden en el enriquecimiento de la ciencia y la solución de los problemas humanos.

3.1.1 Tipo de la Investigación:

- **Investigación Cualitativa:** Se utilizó este tipo de investigación porque ofrece técnicas especializadas para obtener respuestas a fondo acerca de lo que las personas piensan y cuáles son sus sentimientos.
- **Investigación Explicativa-Descriptiva:** Se utilizó este tipo de investigación porque se busca encontrar las causas que provocan ciertos fenómenos y cuáles son sus consecuencias. Este tipo de estudio buscó el porqué de los hechos, estableciendo relaciones de causa- efecto.
- **Investigación de campo:** Se utilizó este diseño porque la investigación se centra en hacer el estudio donde el fenómeno se da de manera natural, de este modo se buscó conseguir la situación lo más real posible.

3.1.2 Diseño de la Investigación:

Es No experimental ya que no se manipularon las variables y los hechos ya estaban dados.

La investigación se desarrolló a través de las siguientes etapas:

- a) Revisión bibliográfica
- b) Planteamiento y formulación del problema
- c) Formulación de objetivos generales y específicos
- d) Operacionalización de las variables
- e) Elaboración de instrumentos
- f) Estudio de campo
- g) Procesamiento de datos
- h) Análisis de datos
- i) Conclusiones
- j) Recomendaciones

3.1.3. Tipo de estudio

Transversal: Se utilizó este tipo de estudio porque no existe continuidad en el eje del tiempo. Y se utilizó también porque el objetivo es analizar los datos obtenidos de un solo grupo de sujetos mediante las encuestas.

3.2. Población y muestra.

3.2.1. Población.

Se tomó como universo la población correspondiente a los estudiantes de octavo año de educación básica, de la unidad educativa “Juan De Velasco”, Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015

3.2.2. Muestra

Se tomó como muestra a 70 estudiantes de octavo año de educación básica, paralelos "A" y "B" de la unidad educativa "Juan De Velasco", Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento el cuestionario, también el Test y como su instrumento la escala de autoestima de Rosemberg

3.4. Técnicas de procedimiento para el análisis

- Elaboración del Cuestionario
- Recolección de datos: Toma de la encuesta a los estudiantes
- Descripción de datos: Se trabajó con el cuadro de tabulación, uno para cada pregunta planteada en la encuesta, cada uno constará con su respectiva valoración, estrato y porcentaje.
- Análisis descriptivo de datos: Se realizó la descripción de los datos obtenidos por cada pregunta.
- Análisis explicativo de datos: Se desarrolló la explicación correspondiente, con su respectivo fundamento científico para cada pregunta.
- Interpretación de datos: Se elaboró cuadros estadísticos, por cada pregunta, donde se reflejen los porcentajes obtenidos.

3.5. Análisis e Interpretación de resultados de la encuesta realizada a los estudiantes.

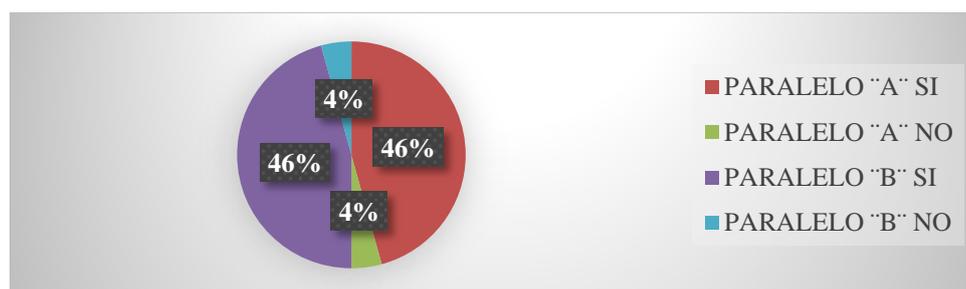
Encuesta realizada a los estudiantes de habilidades sociales

Cuadro 2. Hacer sonreír a los demás

1. ¿Suelo hacer sonreír a los demás?	ALTERNATIVAS	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	32	45.7
	NO	3	4.3
PARALELO "B"	SI	32	45.7
	NO	3	4.3
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes
Elaborado por: Alex Chafila.

Gráfico 1. Hacer sonreír a los demás



Fuente: Cuadro 2

Elaborado por: Alex Chafila.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 32 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 45.7% y 32 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 45.7%, responden que si suelen hacer sonreír a los demás, mientras 3 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 4.3% y 3 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 4.3%, manifiestan que no suelen hacer reír a los demás.

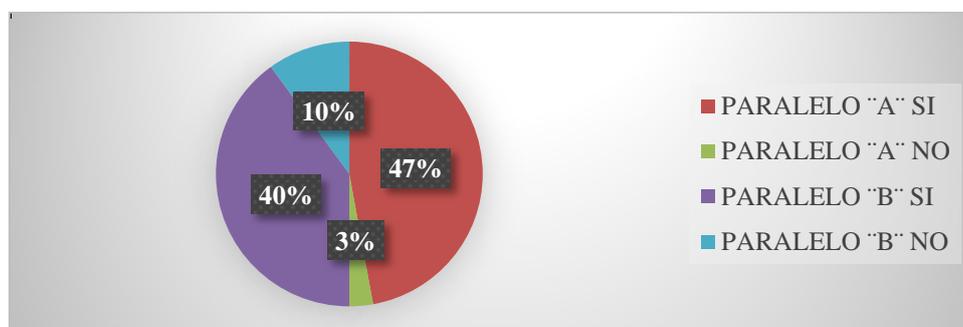
Interpretación: La condición humana de los estudiantes en edades entre 12 y 13 años los convierten en ser muy activos y por tanto, dinamizan su accionar entre compañeros de manera frecuente y espontánea, esa es la razón para que en un elevado porcentaje reconozcan que si suelen hacer sonreír a los demás.

Cuadro 3. Buena conversación con las personas

2. ¿Me dirijo a las personas y entablo una buena conversación con ellas?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	33	47.1
	NO	2	2.9
PARALELO "B"	SI	28	40.0
	NO	7	10.0
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafila.

Gráfico 2. Buena conversación con las personas

Fuente: Cuadro 3

Elaborado por: Alex Chafila.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 33 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 47.1% y 28 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 40%, responden que si se dirigen a las personas y entablan una buena conversación con ellas, mientras 2 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 2,9% y 7 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 10%, manifiestan que no se dirigen a las personas.

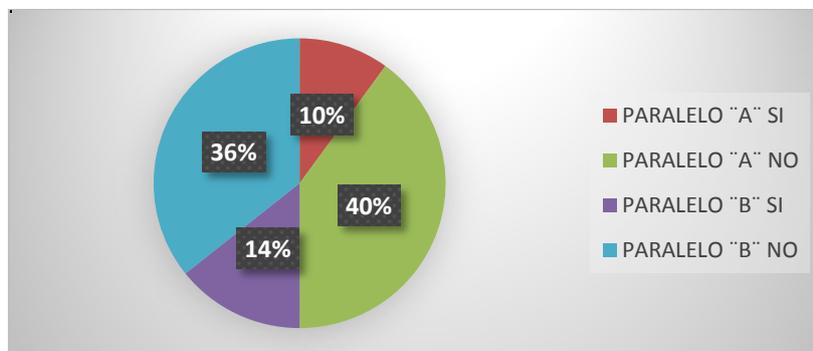
Interpretación: Cómo podemos observar los estudiantes en un mayor porcentaje manifiestan que si entablan una buena conversación con los demás. Al empezar una conversación probablemente sea una de las partes más difíciles de la comunicación, tal vez descubran que pueden hablar con algunas personas de inmediato, mientras que otras son un poco distantes. Pero no hay que preocupe, existen diferentes técnicas para poder comunicarse adecuadamente con otros.

Cuadro 4. Miedo a hablar

3. ¿Me da miedo hablar cuando hay mucha gente?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	7	10.0
	NO	28	40.0
PARALELO "B"	SI	10	14.3
	NO	25	35.7
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 3. Miedo a hablar

Fuente: Cuadro 4

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 7 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 10% y 10 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 14,3%, responden que si les da miedo hablar cuando hay mucha gente, mientras 28 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 40% y 25 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 35,7%, manifiestan que no les da miedo.

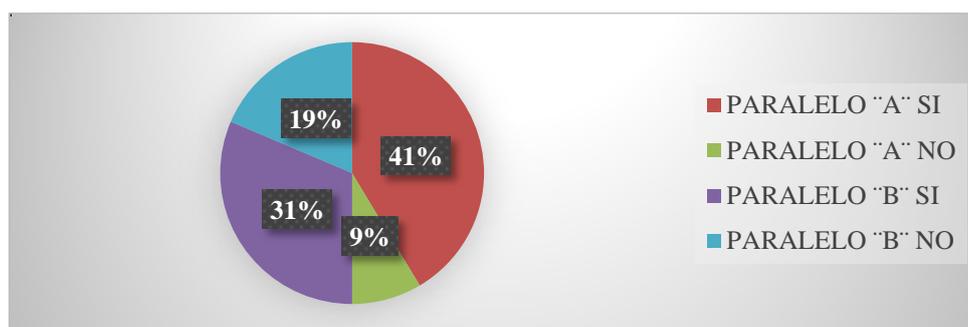
Interpretación: Como podemos darnos cuenta existe pocos estudiantes que les da miedo hablar cuando hay la presencia de mucha gente, muchos estudiantes creen que lo que tienen es miedo a hablar, pero en realidad lo que ocurre es que no saben que decir, no han actuado de modo social y se sienten indefensos en estas situaciones.

Cuadro 5. Miedo a tratar con alguien que me atrae

4. ¿Tengo miedo tratar con alguien que me atrae físicamente?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	29	41.4
	NO	6	8.6
PARALELO "B"	SI	22	31.4
	NO	13	18.6
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 4. Miedo a tratar con alguien que me atrae

Fuente: Cuadro 5

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 29 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 41,3% y 22 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 31,4%, responden que si tienen miedo tratar con alguien que les atrae físicamente, mientras 6 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 8,6% y 13 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 18,6%, manifiestan que no temen.

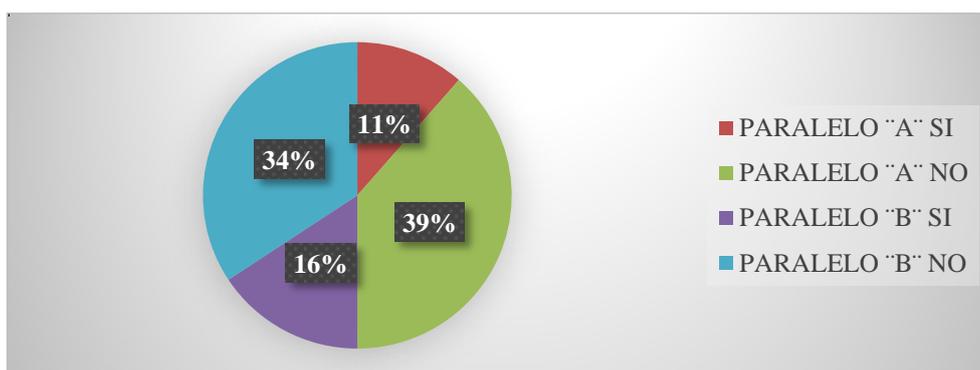
Interpretación: a partir del presente análisis se deduce que los estudiantes en gran mayoría al tartar de hablar con alguien que les atrae físicamente tienen temor , ya que el miedo generalmente se da por un sentimiento inconsciente de inseguridad a la hora del acercamiento, ósea que tengas ideas "equivocadas" de lo que piensas que pensara o dirá de ti.

Cuadro 6. Mi opinión es más importante

5. ¿Mi opinión es más importante que las opiniones de los demás?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	8	11.4
	NO	27	38.6
PARALELO "B"	SI	11	15.7
	NO	24	34.3
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 5. Mi opinión es más importante

Fuente: Cuadro 6

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 8 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 11,4% y 11 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 15,7%, responden que su opinión es más importante que las opiniones de los demás, mientras 27 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 38,6% y 24 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 34,3%, dicen que su opinión no es más importante que las demás.

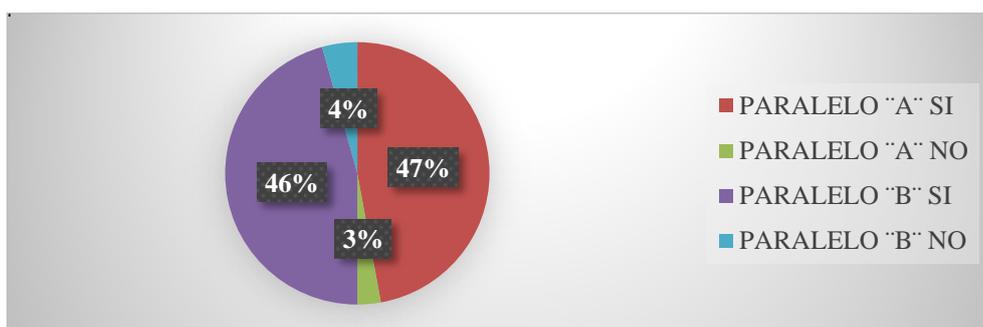
Interpretación: Los datos analizados nos indican que son pocos los estudiantes que piensan que su opinión es más importantes que la opinión de las demás personas, un buen porcentaje de estudiantes piensan que aunque es importante la opinión de los demás no debe destruirnos, y que la opinión de los demás es tan válida como la suya.

Cuadro 7. Ayudo a los demás

6. ¿Ayudo a los demás cuando necesitan de mi apoyo?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	33	47.1
	NO	2	2.9
PARALELO "B"	SI	32	45.7
	NO	3	4.3
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 6. Ayudo a los demás

Fuente: Cuadro 7

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 33 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 47,1% y 32 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 45,7%, responden que si ayudan a los demás cuando necesitan de su apoyo, mientras 2 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 2,9% y 3 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 4,3%, manifiestan que no ayudan.

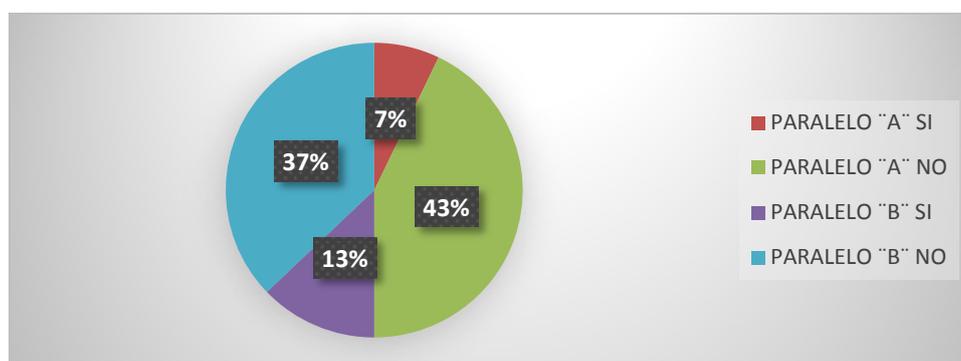
Interpretación: A partir del presenta análisis se deduce que una gran parte de estudiantes son colaboradores con los demás compañeros, que siempre existe en ellos esa predisposición para ayudarse mutuamente para el bienestar de ambas partes, y que por el contrario son bien pocos los que nunca colaboran o apoyan a los demás cuando lo necesitan.

Cuadro 8. Soy tímido/a

7. ¿Soy tímido/a?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	5	7,1
	NO	30	42,9
PARALELO "B"	SI	9	12,9
	NO	26	37,1
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 7. Soy tímido/a

Fuente: Cuadro 8

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 5 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 7,1% y 9 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 12,9%, responden que si son tímidos, mientras 30 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 42,9% y 26 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 37,1%, manifiestan que no lo son.

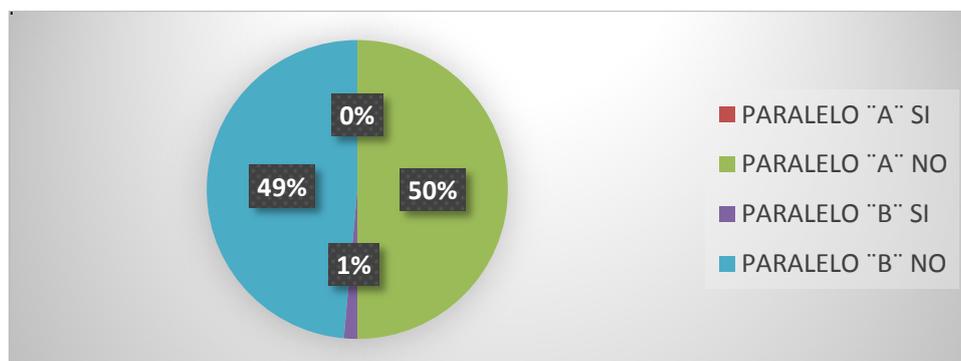
Interpretación: De la tabla presentada se puede comprobar que existen mayor cantidad de estudiantes que expresan no ser tímidos, pero también hay una minoría de estudiantes que son un poco más tímidos que otros, se puede decir que la timidez y ansiedad social van de la mano, porque para el estudiante que es tímido puede ser incómodo estar cerca de personas, algo que en situaciones normales otras personas se recomfortarían de esa situación.

Cuadro 9. Mis padres me odian y yo a ellos

8. ¿Mis padres me odian y yo a ellos?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	0	-
	NO	35	50.0
PARALELO "B"	SI	1	1.4
	NO	34	48.6
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 8. Mis padres me odian y yo a ellos

Fuente: Cuadro 9

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 35 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 50% y 34 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 48,6%, responden que no odian a sus padres y viceversa, mientras 1 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 1,4%, manifiestan que odia a sus padres y ellos a él.

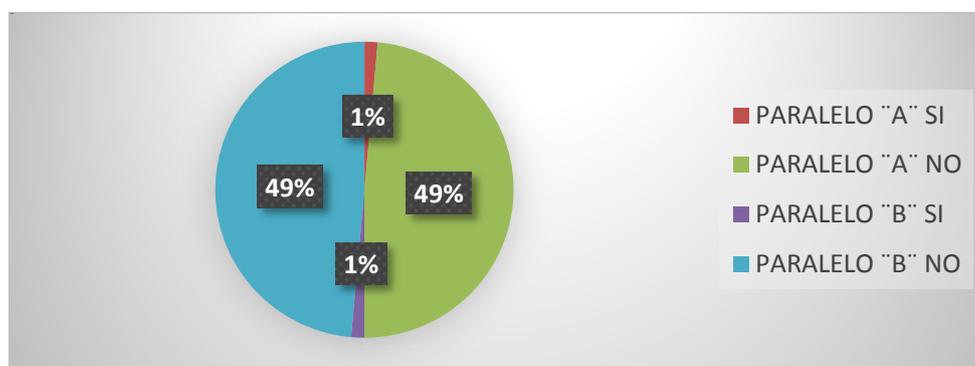
Interpretación: Como se muestra en la tabla, los estudiantes casi en su totalidad aman a sus padres, ellos son los primeros en enseñar a su hijo lo que es el amor, el ser humano en si necesita relacionarse con los demás para poder ser feliz y hacer feliz a los demás, y más aún los estudiantes de esta edad, que les gusta compartir sus ideas, pensamientos, sentimientos con sus padres, ya que de esta manera experimentan cariño, comprensión y amor, y que todo esto les va a servir en su vida futura.

Cuadro 10. Reconozco solo mis éxitos

9. ¿Reconozco solo mis éxitos y no el de los demás?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	1	1.4
	NO	34	48.6
PARALELO "B"	SI	1	1.4
	NO	34	48.6
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 9. Reconozco solo mis éxitos

Fuente: Cuadro 10

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 1 estudiantes del paralelo "A" que corresponden al 1,4% y 1 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 1,4%, manifiestan que sí, ellos solo reconocen sus existes y no el de los demás, mientras 34 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 48.6% y 34 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 48.6%, responden que no solo reconocen sus éxitos sino el de los demás también.

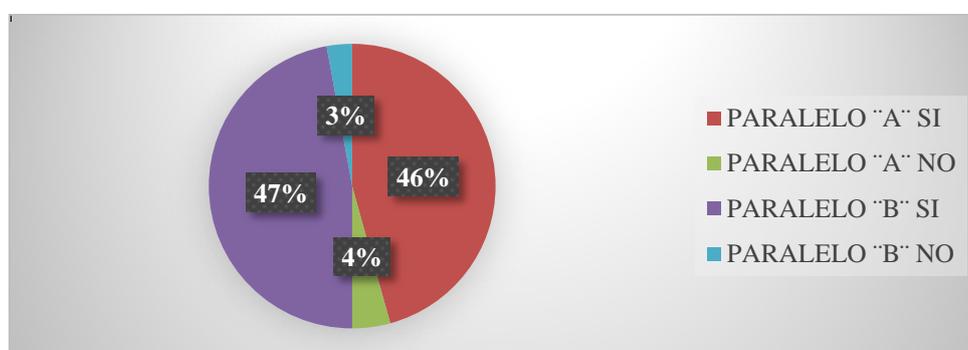
Interpretación: De la tabla presentada apreciamos que los estudiantes en su mayoría son capaces de reconocer sus éxitos y de igual manera el éxito de los demás, pocos son los estudiantes que no lo hacen y solo reconocen sus éxitos y el de los demás no les importa, podemos afirmar que ser uno mismo es el mayor éxito, el éxito es un cúmulo de fracasos por lo tanto lo que podríamos llamar fracaso es aprendizaje, apoyar en los logros y fracasos a los demás nos hace mejores compañeros, amigos y seres humanos.

Cuadro 11. Me gusta trabajar con los demás

10. ¿Me gusta trabajar en actividades con mis compañeros y padres?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	32	45.7
	NO	3	4.3
PARALELO "B"	SI	33	47.1
	NO	2	2.9
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 10. Me gusta trabajar con los demás

Fuente: Cuadro 11

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 32 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 45,7% y 33 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 47,1%, responden que sí les gusta trabajar en actividades con sus compañeros y padres, mientras 3 estudiantes del paralelo "A" que corresponden al 4,3% y 2 estudiantes del paralelo "B" que corresponden al 2,9%, manifiestan que no les gusta la idea de trabajar con los demás.

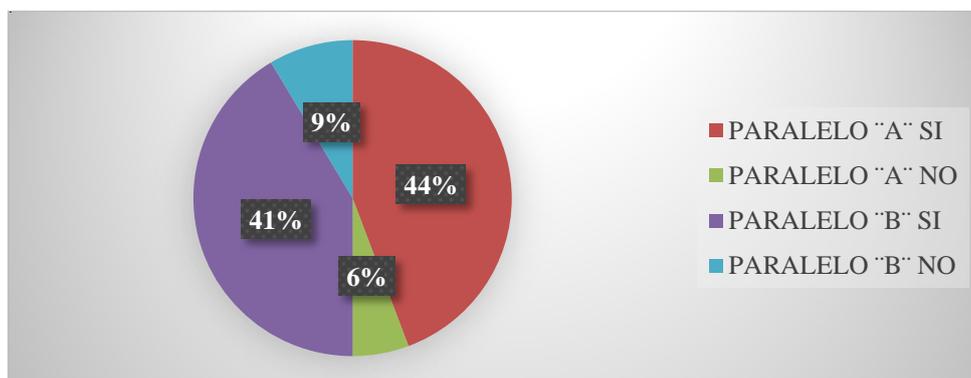
Interpretación: El ambiente ameno y positivo que es transmitido por todos los integrantes de un grupo en algunas actividades, es la razón por la que la mayoría de los estudiantes reconozcan que existe comprensión mutua cuando trabajan con sus compañeros y padres, esto quiere decir que a muchos de ellos le gusta trabajar y colaborar en actividades grupales para intercambiar ideas y conceptos.

Cuadro 12. Doy y recibo halagos

11. ¿Doy y recibo halagos con frecuencia?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	31	44.3
	NO	4	5.7
PARALELO "B"	SI	29	41.4
	NO	6	8.6
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 11. Doy y recibo halagos

Fuente: Cuadro 12

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 31 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 44,3% y 29 estudiantes del paralelo "B" que corresponde al 41,4%, responden que si reciben halagos con frecuencia, mientras 4 estudiantes del paralelo "A" que corresponden al 5,7% y 6 estudiantes del paralelo "B" que corresponden 8,6%, manifiestan que no reciben halagos con frecuencia.

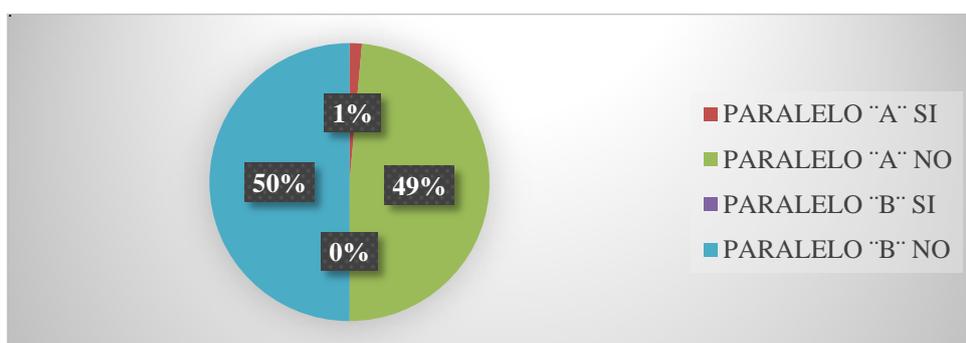
Interpretación: Como podemos observar en los datos, la mayor parte de estudiantes reciben cumplidos con frecuencia, ya que estos cumplidos funcionan como reforzadores sociales y hacen más agradables las interacciones con los demás.

Cuadro 13. Pienso que soy superior a los demás

12¿Pienso que soy superior que los demás?	VARIABLE	TOTAL	PORCENTAJE
PARALELO "A"	SI	1	1.4
	NO	34	48.6
PARALELO "B"	SI	0	-
	NO	35	50.0
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 12. Pienso que soy superior a los demás

Fuente: Cuadro 13

Elaborado por: Alex Chafla.

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 1 estudiantes del paralelo "A" que corresponde al 1,4%, manifiesta que si piensa que es superior a los demás, mientras 34 estudiantes del paralelo "A" que corresponden al 48,6% y 35 estudiantes del paralelo "B" que corresponden 50%, piensa que no es superior a los demás de ninguna manera.

Interpretación: Cómo podemos observar en los datos, no cabe la menor duda que todos los estudiantes a excepción de uno, piensan que el egocentrismo es algo inservible, esa característica que tienen algunas personas que creen que sus propias opiniones e intereses son más importantes que las de los demás, es poco aceptada por los estudiantes, y al no creerse superior esto les permite mantener una buena interacción entre compañeros.

TEST REALIZADO A LOS ESTUDIANTES

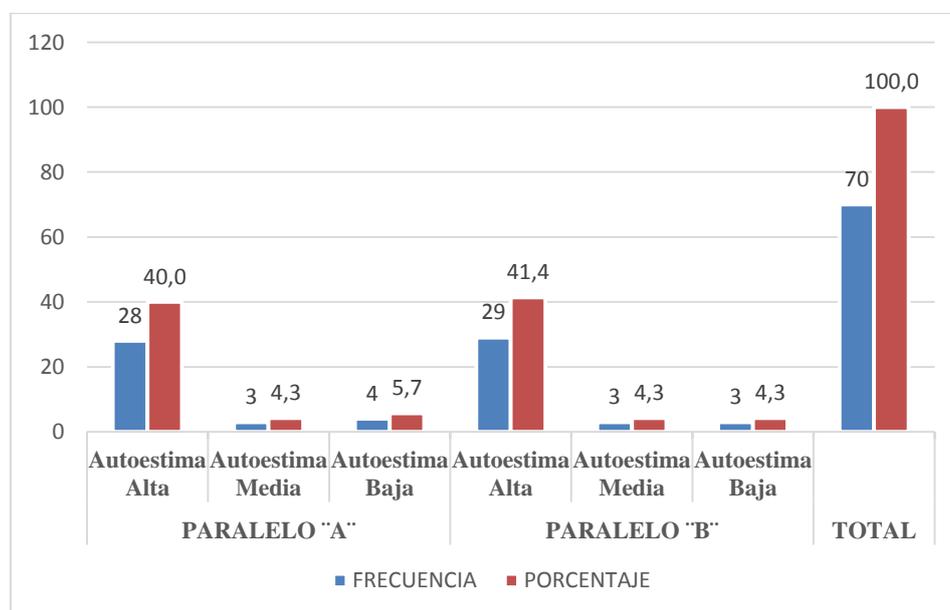
Cuadro 14. Escala de Autoestima de Rosenberg

	VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
PARALELO "A"	Autoestima Alta	28	40.0
	Autoestima Media	3	4.3
	Autoestima Baja	4	5.7
PARALELO "B"	Autoestima Alta	29	41.4
	Autoestima Media	3	4.3
	Autoestima Baja	3	4.3
TOTAL		70	100.0

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

Gráfico 13. Escala de Autoestima de Rosenberg



Fuente: Cuadro 14

Elaborado por: Alex Chafla

Análisis: De 70 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 28 estudiantes del paralelo “A” que corresponde al 40% y 29 estudiantes del paralelo “B” que corresponde al 41,4%, presentan una autoestima de nivel alta, 3 estudiantes del paralelo “A” que corresponden el 4,3% y 3 estudiantes del paralelo “B” que corresponden el 4,3% presentan una autoestima de nivel medio, mientras que 4 estudiantes del paralelo “A” que corresponden al 5,7% y 3 estudiantes del paralelo “B” que corresponden 4,3%, presentan una autoestima de nivel bajo.

Interpretación: Mediante la aplicación de test, podemos deducir que los estudiantes en su mayoría presentan una autoestima muy buena, estos niños que se sienten bien con ellos mismos son capaces de manejar mejor los conflictos y de resistir a las presiones negativas. Tienden a sonreír con mayor facilidad y a disfrutar de la vida, otros estudiantes en un porcentaje bajo presenta una autoestima media-baja, los estudiantes que tienen una baja opinión de ellos mismos tienen dificultades para encontrar soluciones a los problemas y socializar con los demás. Aquí es donde nosotros podemos desempeñar un papel importante para favorecer al estudiante a que tenga una autoestima sana.

Cuadro 15. Consolidado de la encuesta realizada a los estudiantes sobre habilidades sociales

CONDUCTAS	N° 1		N° 2		N° 3		N° 4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
	Conducta asertiva (1-2-6-10)	64	6	61	9	65	5	55
Conducta pasiva (3-4-7-11)	48	22	51	19	41	29	60	10
Conducta agresiva (5-8-9-12)	19	51	1	69	2	68	1	69

Fuente: Encuesta realizada a estudiantes

Elaborado por: Alex Chafla.

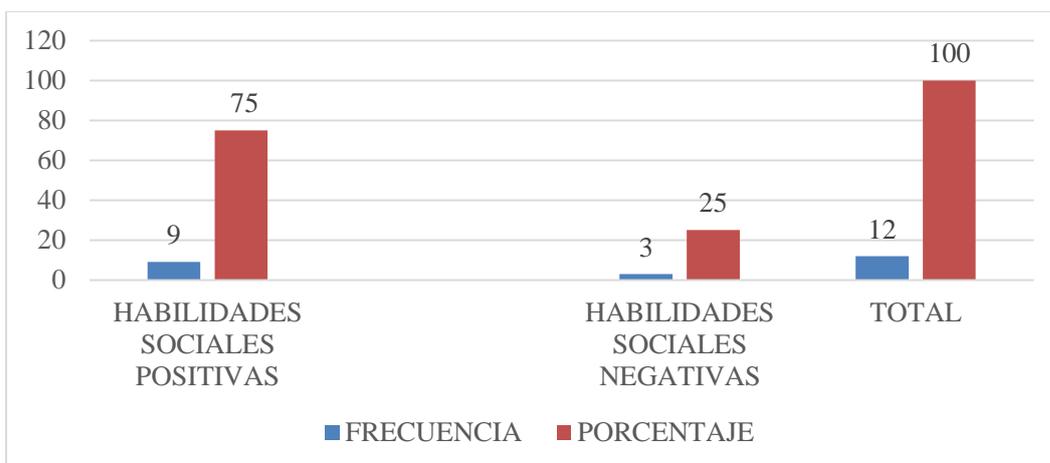
Cuadro 16. Habilidades Positivas Y Negativas

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
HABILIDADES SOCIALES POSITIVA	10	75
HABILIDADES SOCIALES NEGATIVAS	3	25
TOTAL	12	100

Fuente: Cuadro 15

Elaborado por: Alex Chafla

Gráfico 14. Habilidades Positivas y Negativas



Fuente: Cuadro 16

Elaborado por: Alex Chafla

Análisis: De 12 preguntas encuestadas que corresponde al 100%, 9 preguntas que corresponde al 75%, son habilidades sociales positivas, mientras que 3 preguntas que corresponden al 25%, son habilidades sociales negativas.

Interpretación: Mediante la aplicación de la encuesta, podemos deducir que los estudiantes en su mayoría tienen habilidades sociales positivas, presentando conductas asertivas con los demás, mientras que en un porcentaje bajo los estudiantes tienen escasas habilidades sociales positivas y tienden a presentar conductas poco asertivas en este caso, presentando conductas pasivas frente a los demás.

CAPÍTULO IV

4. Conclusiones y Recomendaciones

4.1 Conclusiones.

- Identificadas las habilidades sociales que poseen los estudiantes de octavo de educación básica, paralelos "A" y "B", concluimos que la mayoría presenta habilidades sociales asertivas y está en función la capacidad social para, planificar sus acciones, manejar sentimientos y comportamientos, buena toma de decisiones y en general lograron alcanzar un buen grado de habilidad social e inserción en su entorno social y escolar, pero también existe un pequeño porcentaje de estudiantes que presentan capacidades sociales pasivas y que tienen que trabajar y mejorar, para que estas le ayuden a relacionarse con los demás, integrarse y comunicarse de manera efectiva, porque son muchas las facetas de la vida diaria en las que las dichas habilidades marcan la diferencia.
- Establecidos los niveles de autoestima de los niños de cada paralelo investigado, podemos afirmar que existe una buena cantidad de niños que poseen una autoestima alta, en pocos niños se identifica una autoestima media, al igual que baja.
- Al conocer que la autoestima incide en el desarrollo de las habilidades sociales, podemos afirmar que a una buena autoestima le acompaña un buen desarrollo de habilidades sociales y por el lado contrario a un bajo nivel de autoestima le acompaña el poco desarrollo de dichas competencias sociales, también cabe mencionar que la sociedad en la que se encuentran los estudiantes es de suma importancia en el desarrollo de las mismas, por otro lado influye mucho en este aspecto la mirada que las otras personas y los demás compañeros del curso tienen hacia ellos, y que la familia también es un factor importante en el desarrollo de sus competencias sociales.

- Se elaboró una guía de estrategias para fortalecer y mejorar el desarrollo de las habilidades sociales dentro del aula, es de gran utilidad porque la práctica de habilidades sociales es un punto clave en la mejora de la autoestima y la calidad de vida de los niños.

4.2 Recomendaciones

- Se recomienda al DECE para el desarrollo de habilidades sociales, realizar más a menudo actividades grupales dentro de la Unidad Educativa, donde se logre la integración de los alumnos y se practique el trabajo colaborativo con el intercambio de ideas, experiencias, compartiendo conocimientos, dándose adecuadamente la sociabilización del ser humano con el respeto mutuo y sin dejar a un lado los valores.
- También se debe realizar diferentes actividades para mejorar su autoestima (talleres, juegos, dinámicas, proyección de videos) donde los niños/as pierdan el miedo a demostrar sus sentimientos, pensamientos, emociones a hablar en público, a equivocarse delante de los demás, donde desarrollen actitudes de respeto y valoración a sus compañeros y maestros, el mejoramiento de su autoestima y fortalecimiento de sus habilidades sociales, para que construyan sus propios conocimientos sobre lo que es bueno y malo y aprendan a desenvolverse en la vida diaria.
- Se recomienda también trabajar de forma colaborativa y participativa con la familia en el desarrollo de la autoestima y habilidades sociales del estudiante, teniendo en cuenta que la familia es la que le trasmite o le enseña los primeros y más importantes valores y enseñanzas que llevarán al niño a formar, su personalidad, su nivel de autoestima y por ende desarrollar de manera adecuada sus habilidades sociales.
- Al DECE se recomienda la aplicación de la guía de estrategias que ayude a fortalecer y mejorar las habilidades sociales, y con ello tener interacciones más saludables en todos los aspectos de la vida de los niños y niñas.

Materiales de referencia

4.3.1 Bibliografía

Bonet, J. (1997). *Sé amigo de ti mismo: manual de autoestima*. Cantabria, España. Ed. Sal Terrae. Maliaño. 15ª Edición. (p.15-32).

Branden, N. (1987). Versión traducida. Leandro Wolfen (1990). *Cómo mejorar su autoestima*. Madrid, España. Ediciones Paidós Ibérica. 1ª Edición. (p.14-19, 131-133).

Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*, España, Madrid. Siglo XXI. Editores S.A, 7a Edición. 5-15, (p.99-117, 215-223).

Cujilema, E. (2012). Relaciones familiares y las habilidades sociales de los niños y niñas de quinto, sexto y séptimo año de educación básica de la escuela honduras de la ciudad de Ambato. Tesis inédita. Ambato: Universidad Técnica de Ambato. (p70-75, 80-90).

Flores González, J. (02 de Abril de 2012). Habilidades Sociales. *El Mercurio*.

Recuperado de: <http://www.elmercurio.com.ec/320162-habilidades-sociales/#.VvrZtPnhDIU>

Marcuello García, A. (2012). Habilidades de comunicación: Técnicas para la Comunicación Eficaz. *Psicología online*.

Recuperado de: http://www.psicologia-online.com/monografias/5/comunicacion_eficaz.shtml

Hernández, O. (2003). *Desarrollo de la autoestima y la conciencia moral en las contradicciones de la sociedad contemporánea*, Ponencia al 4to. Encuentro Internacional de Educación y Pensamiento. Rep. Dominicana. (p.18- 24)

Recuperado de: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120822031937/ovidio6.pdf>

Peñañiel, E. - Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. Madrid España. Editorial Editex. S.A. (p.20-23).

4.3.2 Webgrafía.

- <https://es.wikipedia.org/wiki/Asertividad>
- <https://orientacionandujar.files.wordpress.com/2010/09/habilidades-sociales.pdf>
- <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v10n1/v10n1a21>
- http://www.psicologia-online.com/monografias/5/comunicacion_eficaz.shtml
- <http://www.definicionabc.com>
- <http://tipos.com.mx/tipos-de-relaciones-sociales>
- <http://conalep-tultitlan.no-ip.org/recursos>
[didacticos/autogestion/asertividad/tipos_de_conducta.html](http://conalep-tultitlan.no-ip.org/recursos/didacticos/autogestion/asertividad/tipos_de_conducta.html)
- <http://www.reddeautores.com/psicologia-psiQUIATRIA/la-autopercepcion/>
- http://psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/06/guia_completa-habilidades-sociales-para-adolescentes.pdf
- <https://books.google.com.ec/?hl=es>
- <http://psicopedia.org/autotest-de-autoestima/>
- https://www.unicef.org/ecuador/resumen_ejecutivo_SITAN_-_final.pdf

4.3.3 Anexos

CUESTIONARIO

El objetivo del presente cuestionario es identificar las habilidades sociales que presenten los Estudiantes de Octavo Año de Educación Básica, Paralelos "A" y "B" de la Unidad Educativa "Juan De Velasco", Cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, en el periodo quimestral Febrero - Julio 2015.

DATOS INFORMATIVOS:

*Sexo: M F *Edad:

Las respuestas que usted elija en este cuestionario deben reflejar su realidad y ser contestadas lo más verdaderamente posible, lea detenidamente cada pregunta, no se apresure al momento de elegir una opción. Por favor, conteste las siguientes preguntas con la respuesta que considere más apropiada.

	SI	NO
1. ¿Suelo hacer sonreír a los demás?		
2. ¿Me dirijo a las personas y entablo una buena conversación con ellas?		
3. ¿Me da miedo hablar cuando hay mucha gente?		
4. ¿Tengo miedo tratar con alguien que me atrae físicamente?		
5. ¿Mi opinión es más importante que las opiniones de los demás?		
6. ¿Ayudo a los demás cuando necesitan de mi apoyo?		
7. ¿Soy tímido/a?		
8. ¿Mis padres me odian y yo a ellos?		
9. ¿Reconozco solo mis éxitos y no el de los demás?		
10. ¿Me gusta trabajar en actividades con mis compañeros y padres?		
11. ¿Doy y recibo halagos con frecuencia?		
12. ¿Pienso que soy superior que los demás?		

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

INSTRUCCIÓN:

Las respuestas que usted elija en este cuestionario deben reflejar su realidad y ser contestadas lo más verdaderamente posible, lea detenidamente cada frase, no se apresure al momento de elegir una opción.

Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

A. Muy de acuerdo

B. De acuerdo

C. En desacuerdo

D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna, al menos tanto como las demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.				
5. En general, estoy satisfecho conmigo mismo.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A menudo creo que no soy una buena persona.				

CAPÍTULO V

5. La Propuesta

5.1 Datos informativos

Título

“Guía de estrategias para el fortalecimiento de habilidades sociales”

Institución Ejecutora: Universidad Nacional de Chimborazo

Cantón: Riobamba

Provincia: Chimborazo

Responsable: Investigador, Alex Chafla

5.2 Antecedentes de la propuesta

La propuesta de esta investigación surge de la necesidad de los estudiantes, puesto que ellos necesitan fortalecer el trabajo colaborativo de una buena manera y aprender la utilización constante de las habilidades sociales, esto les permite construir nuevos conocimientos y ganas muchas amistades.

El desarrollo de las habilidades sociales trae consigo una serie de hábitos positivos, los mismos que ayudan a los niños a mejorar día a día sus relaciones interpersonales y varias destrezas que fortalecen sus lazos de amistad y enfrentan de mejor manera los problemas que se presenten en su diario vivir.

El poco interés por el desarrollo de habilidades sociales por parte de los docentes y de los estudiantes, trae consigo una serie de dificultades que afectan el desarrollo del proceso enseñanza aprendizaje y por ende el desenvolvimiento de los niños en clase es muy reducido.

5.3 Justificación

El trabajo es de interés porque lleva instrucciones para desarrollar las habilidades sociales el mismo que ayuda a mejorar la convivencia dentro y fuera de las aulas y de esta manera podrán interactuar, compartir, sus experiencias y los nuevos conocimientos con los ya existentes entre compañeros y con los docentes.

El presente trabajo es de vital importancia porque busca el método adecuado para la práctica de habilidades sociales acorde a las necesidades del estudiante y de esta manera el docente impartirá nuevos conocimientos que serán fácilmente comprendidos y aplicados por los estudiantes en el diario vivir.

Los beneficiarios son los estudiantes y los maestros, ya que esta guía instructiva es un instrumento muy valioso que facilita la convivencia entre todos y por ende la comprensión de varios temas impartidos haciéndolos más didácticos y entretenidos y de vital importancia para los alumnos.

El impacto será a nivel personal ya que los estudiantes tendrán una mentalidad más abierta y esto ayudara a que sean niños felices, dinámicos, motivados y seguros de sí mismo.

Este trabajo es factible porque puede ser aplicable en los estudiantes con la ayuda de docentes y de la institución.

5.4 Objetivo

Adquirir competencias y actitudes que permitirán controlar mejor la relación con los demás para establecer relaciones sociales más satisfactorias.

5.5 Fundamentación Científica

¿Qué es una guía didáctica?

Para García Aretio, 2002. La Guía Didáctica es “el documento que orienta el estudio, acercando a los procesos cognitivos del alumno el material didáctico, con el fin de que pueda trabajarlos de manera autónoma”.

Mercer, 1998. La define como la “herramienta que sirve para edificar una relación entre el profesor y los alumnos”.

Castillo, 1999. Complementa la definición anterior al afirmar que la Guía Didáctica es “una comunicación intencional del profesor con el alumno sobre los pormenores del estudio de la asignatura y del texto base.

Personalmente considero que la Guía Didáctica es el material educativo que deja de ser auxiliar, para convertirse en herramienta valiosa de motivación y apoyo; pieza clave para el desarrollo del proceso de enseñanza, porque promueve el aprendizaje autónomo al aproximar el material de estudio alumno, a través de diversos recursos didácticos.

Objetivos de una Guía de estrategias:

Por lo general permiten cumplir con los siguientes objetivos:

- Instruir a la persona, acerca de aspectos tales como: objetivos, funciones, procedimientos, normas, para seguir un tema.
- Precisar las funciones y relaciones entre los temas.
- Colaborar en la ejecución correcta de los temas asignados y propiciar el respeto a los demás.

- Servir como medio de integración y orientación facilitando la comprensión de la información.
- Proporcionar información básica que sirva como guía en la ejecución de las actividades.

Acosta, J (2010)

Todos los docentes y estudiantes, pueden hacer uso de su contenido, según sus necesidades. La guía didáctica tiene un carácter abierto y puede ser complementada con nuevos conceptos, sugerencias metodológicas o instrumentos que vayan surgiendo durante el desarrollo de las actividades dentro del aula.