

PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN PRIMARIA EN ADOLESCENTES

PROPOSAL OF A PRIMARY PREVENTION PROGRAM IN ADOLESCENTS

Danitsa Alarcón Parco y Mariuccia Maisy Ángeles Donayre***

Universidad de San Martín de Porres

Universidad de César Vallejo

Recibido: 30 de setiembre de 2015

Aceptado: 27 de octubre de 2015

RESUMEN

De acuerdo al desarrollo evolutivo, los niños y jóvenes son los más vulnerables a problemas sociales, familiares y de salud; en los últimos años la violencia juvenil se ha incrementado de manera progresiva, y son cada vez más jóvenes los victimarios de conductas violentas. Por ello, este trabajo propone un programa de prevención primaria para adolescentes, de instituciones educativas que se encuentran en zonas de riesgo, con el objetivo de generar, en ellos, recursos necesarios para comunicarse y expresarse ante los demás. El programa está dividido en siete sesiones didácticas que permitirá una constante motivación y participación de los asistentes, además de mejorar sus capacidades les permitirá ser portavoces de sus pares.

Palabras clave: Adolescencia, violencia juvenil, asertividad, comunicación efectiva, liderazgo.

ABSTRACT

According to evolutionary development, children and young people are the most vulnerable to social, family and health problems; in recent years youth violence has increased in a progressive manner, and there are increasingly younger perpetrators of violent behavior. Therefore, this paper proposes a primary prevention program for adolescents of educational

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

ISSN: 1817-0285 (Impresa)

ISSN: 2224-3585 (Digital)

institutions that are in high risk areas, with the purpose of generating in them the necessary resources to communicate and express themselves to others. The program is divided into 7 didactic sessions that will allow the constant motivation and participation of the attendees, in addition of improving their capabilities, it will allow them to be spokesmen of their peers.

Keywords: Adolescence, youth violence, assertiveness, effective communication, leadership

En el Perú, el 29% de la población total es menor de 15 años (Organización Mundial de la Salud - OMS, 2014), y el 15% de ellos presenta problemas de conducta como respuesta a la interacción con el medio que lo rodea, implicando ello irritabilidad, desobediencia, negativismo, rabietas, entre otros (Fernández, Gorotiza, La Fuente, Ojembarrena y Olaskoaga, 1998).

En las últimas décadas se ha centrado la atención en la psicopatología de niños y adolescentes asegurando que una detección temprana aumenta la probabilidad de una adaptación exitosa posterior. Esto es importante ya que una adaptación inicial predice las características de un comportamiento futuro (Lemos, 2003).

En nuestro país, la violencia juvenil ha ido en aumento, captando a niños y adolescentes, negándoles la posibilidad de un desarrollo «normal», con consecuencias negativas; se han identificado factores de riesgo que influyen en esta problemática, entre los cuales destacan los factores individuales (p. ej.: trastornos de conducta, bajo rendimiento académico, problemas de atención, sexo masculino), sociales (p. ej.: desigualdad en ingresos, exposiciones a bandas, pandillas, drogas, medios de comunicación), y familiares (p. ej.: desintegración familiar, la violencia familiar, padres adolescentes) (Arnao, Sirvas y Espinoza, 2007; Carrasco, Rodríguez y Del Barrio, 2001; Montgomery, 1998; OMS, 2006; Torres, 2005).

Solo en Lima Metropolitana y Callao existen aproximadamente unas 485 pandillas operando en la totalidad de sus distritos y la mayoría de ellas se encuentran en distritos populosos, con una diversidad de barrios y

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

asentamientos humanos, como lo son San Juan de Lurigancho, Villa María del Triunfo, San Juan de Miraflores, La Victoria y Comas. Las pandillas buscan un espacio privado para tener sus reuniones y su zona de libre acceso, el número de integrantes es variable, pudiendo ser de 9 hasta 70 integrantes. El promedio de edad varía de 11 a 23 años y según las últimas estimaciones, la edad de los nuevos integrantes está disminuyendo entre los 9 y 10 años (OPCIÓN, 2004).

Según OPCIÓN (2003), los jóvenes se caracterizan por trasgredir normas de la convivencia social (p. ej.: pintar muros o paredes de las casas). Villegas (2004) señala que suelen comportarse de manera ruda, siempre dispuestos a manera de ataque a través de burlas, insultos y golpes. Siendo estos comportamientos manifestaciones de poder y estatus, el líder de la pandilla gana primero el respeto de los demás miembros de la propia pandilla y luego el de los rivales.

Tanto Villegas (2004) como la corporación OPCIÓN (2001) refieren que los problemas de conducta pueden ser un factor hereditario, social o individual iniciando en la infancia con trastorno oposicional desafiante o en la adolescencia, con un trastorno de personalidad disocial, fracaso escolar, uso inadecuado de su tiempo libre, antecedentes de violencia familiar o maltrato infantil, familias disfuncionales, estilos de crianza inadecuados, falta de oportunidades económicas, sociales y laborales, e influencia de los medios de comunicación (p. ej.: talk shows, películas o dibujos animados donde se exprese la violencia).

Ante esta problemática, se están trabajando estrategias de prevención a nivel nacional e internacional, con el objetivo ofrecer a los jóvenes una visión al futuro, capacidad de reconocer sus competencias y administrarlas de manera positiva (Cardia, 2006). Entre las instituciones nacionales tenemos al Centro de Estudios y Acción por la Paz - CEAPAZ (2001) con su programa «Habla barrio», trabajando con poblaciones vulnerables de distritos como La Victoria y San Juan de Lurigancho (Salazar y Miyagui, 2002).

Otra institución que se une a esta forma de prevención es la Policía Nacional del Perú (PNP), con el club de niños y adolescentes «Amigos», el programa «Colibrí», o el del policía escolar que fomenta la práctica del

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

ISSN: 1817-0285 (Impresa)

ISSN: 2224-3585 (Digital)

deporte en talleres de verano. El programa «Nuestros Hijos», trabaja con menores, hijos de los policías o militares fallecidos y discapacitados a consecuencia de la violencia armada y terrorismo. Todos ellos tienen como objetivo evitar conductas antisociales en los alumnos de Primaria y Secundaria de colegios nacionales, a nivel nacional y en todas las delegaciones policiales.

Es importante también considerar como prevención primaria, el trabajo con los padres de familia, campañas en los medios de comunicación, modificar los comportamientos y las normas sociales (Montgomery, 1998). En cuanto a la prevención secundaria se debe trabajar con adolescentes y jóvenes miembros de las pandillas con el apoyo de instituciones gubernamentales y no gubernamentales, familia y comunidad (Organización Panamericana de la Salud - OPS, 2002).

Para tener en cuenta en las acciones de atención y prevención, Martínez y Tong (1998) analizan en primer lugar, los déficit de habilidades personales, interpersonales y sociocognitivas (conducta prosocial afectiva) de los jóvenes inmersos en violencia, postula tres características básicas que deben ser trabajadas con ellos: la baja tolerancia a la frustración, las dificultades que tienen al resolver un conflicto sin recurrir a la violencia y la percepción del futuro como incierto.

De acuerdo a lo expuesto, se plantea un programa de prevención primaria en adolescentes, para ser desarrollado en instituciones educativas públicas y privadas, distribuido en siete sesiones, con un tiempo de 120 minutos cada una. Los resultados de la efectividad del programa en una población de riesgo, jóvenes de un colegio público del Distrito de San Juan de Lurigancho, serán expuestos en un artículo posterior teniendo en cuenta la participación voluntaria de los participantes.

En este artículo se detalla los objetivos y la justificación del programa, así como el instrumento que ayudará a evaluar la efectividad del mismo, con un pretest y postest (Escala de Habilidades Sociales de Gismero) y las actividades que se desarrollarán en cada una de las sesiones. Finalmente, solo se adjuntan algunos anexos, por cuestiones de espacio, que se han considerado los más representativos del trabajo.

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

PROGRAMA «APRENDIENDO A VIVIR MEJOR»

Datos generales:

Nombre del Programa : «APRENDIENDO A VIVIR MEJOR»
Grupo : Grupo de alumnos de Secundaria
Responsables : Danitsa Alarcón Parco
Mariuccia Ángeles Donayre

Dirigido a:

- Adolescentes tempranos

Objetivos:

General:

- Promover el uso de un estilo de comunicación asertivo y desarrollar las habilidades de liderazgo, estudiantes de instituciones educativas, haciendo uso adecuado del tiempo libre.

Específico:

- Sensibilizar a los alumnos sobre la violencia juvenil y cómo repercute en la sociedad.
- Incrementar el uso de respuestas asertivas a través de la identificación de los tres estilos de comunicación que caracterizan la interacción social: pasiva, asertiva y agresiva.
- Estimular el entrenamiento en respuestas asertivas en diversas situaciones sociales como parte del afronte cotidiano.
- Promover el desarrollo de las características de un buen líder, destacando la importancia de reconocer las fortalezas y debilidades de cada uno de los participantes.
- Promover el liderazgo democrático a través del reconocimiento de los estilos de liderazgo existentes.

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Justificación

Actualmente, muchos adolescentes son expuestos a la influencia de los medios de comunicación y sus pares, dejando de lado el desarrollo apropiado de sus habilidades sociales que benefician su interacción y disminuyen la violencia.

El presente programa se considera importante ya que busca evitar en los adolescentes el mal uso de los medios de comunicación, como una forma de prevenir el empleo de un estilo de comunicación agresivo; asimismo, se orienta a desarrollar las habilidades de liderazgo puesto que es relevante que los adolescentes puedan ser capaces de influir positivamente en grupo de pares determinado.

De este modo, el desarrollo del programa favorecerá positivamente el empleo de un estilo de comunicación asertivo, para que los alumnos puedan desenvolverse adecuadamente dentro y fuera del contexto escolar; del mismo modo, el desarrollo de las habilidades de liderazgo, les servirán para conducirse adecuadamente dentro de un equipo y así poder alcanzar un objetivo final.

Metas

Cualitativas

- Los participantes incrementan el uso de respuestas asertivas a través de la identificación de los tres estilos de comunicación.
- Los participantes hacen uso de respuestas asertivas en diversas situaciones sociales.
- Los participantes reconocen sus fortalezas y debilidades.
- Los participantes reconocen los estilos de liderazgo y emplean un liderazgo democrático.

* dalarcomp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cuantitativa

- Los participantes aplican lo aprendido en el programa, de manera que les permita un desenvolvimiento satisfactorio dentro de su escuela y fuera de ella.

Instrumentos de evaluación

Para determinar la efectividad del programa se utiliza un instrumento de medida al inicio del programa y al finalizar el programa.

Escala de Habilidades Sociales

La Escala de Habilidades Sociales, fue desarrollada en España por Elena Gismero en el año 1996, con una adaptación peruana (Fonseca, 2003), en una muestra de 131 mujeres, realizando la validez de contenido con la técnica criterio de jueces, utilizando la V de Aiken, con un resultado favorable, sin embargo, en cuanto a la confiabilidad no se reportan datos.

Para efectos del programa se utilizará con la versión española (Gismero, 2002), puesto que la adaptación peruana trabajó con un solo género. Esta escala evalúa habilidades sociales y asertividad, cuenta con 33 ítems distribuidos en 3 escalas: conducta de autoafirmación, expresión de sentimientos y conductas asertivas, cada una con subescalas, entre las que se mencionan: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Posee una consistencia interna de .88 y una adecuada validez convergente.

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

Referencias

- Arnao, J., Sirvas, C., & Espinoza, L. (2007). *Estudio: diagnóstico de adolescentes y jóvenes de pandillas frente al VIH/SIDA/ITS y servicios que se prestan a dicha población con pruebas y muestras. Informe final*. Lima: CARE.
- Cardia, N. (2006). *Estados de arte de los programas de prevención de la violencia de jóvenes*. Washington: OPS.
- Carrasco, M., Rodríguez, J., & Del Barrio, M. (2001). Delincuencia y psicopatología entre adolescentes maltratados. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 54(4), 605-617.
- Fernández, R., Goroztiza, E., La Fuente, P., Ojembarrena, E., & Olaskoaga, A. (1998). Versión española del ECBI (Eyberg Child Behavior Inventory): Medida de validez. *Atención Primaria*, 21(2), 65-74.
- Fonseca, M. (2003). *Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de secundaria de un colegio estatal, dirigido por laicos y otro por religiosas de la ciudad de Lima* (Tesis de licenciatura). Universidad de San Martín de Porres, Lima.
- Gismero, E. (2002). *Manual de la escala de habilidades sociales*. Madrid: TEA.
- Lemos, S. (2003). La psicopatología de la infancia y la adolescencia: Consideraciones básicas para su estudio. *Papeles del Psicólogo*, 85, 19-28.
- Martínez, M. & Tong, F. (1998). *¿Nacidos para ser salvajes? Identidad y violencia juvenil en los noventas*. Lima: Ceapaz.
- Montgomery, W. (1998). El problema de la violencia juvenil: análisis teórico y de programas de intervención conductual. *Revista de investigación en psicología*, 1(1), 133-152.
- OPCIÓN (2001). *Violencia social. Consideraciones básicas y características de expresión*. Lima.
- OPCIÓN (2003). *Violencia adicciones y convivencia ciudadana. Módulo I: Drogas y adicciones*. Lima.
- OPCIÓN (2004). *Cultura sociedad y violencia cotidiana. Un acercamiento a su dinámica y expresión*. Lima.
- Organización Mundial de la Salud (2006). *Violencia juvenil y alcohol. Nota descriptiva*. EE.UU.: Autor.
- Organización Mundial de la Salud (2014). *Estadísticas sanitarias mundiales*. EE.UU.: Autor.
- Organización Panamericana de la Salud (2002). *Informe mundial sobre la violencia y salud: Resumen*. Washington: Autor.
- Salazar, O. & Miyagui, G. (2002). *¡Habla barrio! Promoción del liderazgo juvenil como estrategia preventiva de la violencia en zonas urbano marginales de Lima. Sistematización de la experiencia*. Lima: CEAPAZ.
- Torres, C. (2005). Jóvenes y violencia. *Revista Iberoamericana de Educación*, 37, 55-92.
- Villegas, F. (2004). *Protestando por no ser ciudadano: los jóvenes pandilleros de Lima a fines de los 90's* (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

SESIÓN N° 1**Objetivo:** Sensibilizar a los alumnos acerca de la violencia juvenil

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Dar acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes con la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	10"
Presentar el programa y explicar la importancia del mismo.	Presentación del programa	Expositiva	Los facilitadores presentan el programa, explican lo que se trabajara durante las 7 sesiones, destacando el objetivo. (Ver Anexo N° 02)	10"
Integrar y presentar a los participantes, propiciando un clima de confianza entre los participantes.	Dinámica «La Telaraña»	Participativa	Se dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 03).	15"
Conocer las ideas que tienen los alumnos, acerca de lo que es el pandillaje antes de aplicar el taller.	Evaluación de entrada	Participativa	Se reparten las hojas de aplicación y se imparten las instrucciones para desarrollar el cuestionario. (Ver Anexo N° 04)	15"
Sensibilizar a los alumnos frente a la problemática juvenil.	Presentación del video	Expositiva Audio- Visual	Se presentará un video acerca de la problemática juvenil, con algunas aclaraciones durante el rodaje.	20'
Debatir junto con los alumnos, las ideas que tiene acerca de violencia juvenil. Conocer las opiniones de los alumnos con respecto al video.	Lluvia de ideas	Dinámica Participativa	Los facilitadores ayudarán a que los alumnos manifiesten sus opiniones y críticas acerca del video, con el objetivo de comprender el significado de la violencia juvenil.	15"
Informar a los alumnos causas y consecuencias de la violencia juvenil.	Breve preámbulo acerca del tema violencia juvenil	Expositiva	Los facilitadores ayudarán a comprender las causas y consecuencias de la violencia juvenil.	15"
Obtener en relación a los alumnos un mayor conocimiento acerca de la temática juvenil, utilizando sus conocimientos previos.	Dinámica «La caja preguntona» (Apéndice N° 5)	Dinámica expositiva	Se dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 05).	20"

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

SESIÓN N° 2**Objetivo:** Lograr que los participantes interioricen la importancia de mantener una buena comunicación

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Tener la acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes y se procede a la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	10"
Presentar el tema a desarrollar y explicar la importancia de la buena comunicación.	Presentación de la sesión	Expositiva	Los facilitadores dan a conocer el tema a través de un video, el que ayudará a introducir el tema.	20"
Animar a los participantes y romper el hielo entre ellos mismos.	Dinámica «El Correo»	Participativa	Los facilitadores dan las instrucciones para la dinámica. (Ver Anexo N° 06). Se realiza la retroalimentación de la dinámica.	15"
Conocer los indicadores de comunicación asertiva y de liderazgo que posean.	Cuestionario ¿Cómo me comunico?	Participativa	Se reparten las hojas de aplicación y se imparten las instrucciones para desarrollar el cuestionario. (Ver Anexo N° 07)	10"
Dar a conocer el tema de la comunicación.	Charla«La comunicación»	Expositiva	Los facilitadores explican el tema de la comunicación, destacan su importancia y los criterios necesarios. (Ver Anexo N° 08)	25"
Resaltar la importancia prestar atención para poder entablar una buena comunicación.	Dinámica «El teléfono malogrado»	Participativa	Los facilitadores dan la instrucción para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 09). Posteriormente se hace la retroalimentación de la dinámica.	15"
Resaltar la importancia de establecer contacto visual al entablar una conversación.	Dinámica «Espalda con espalda»	Participativa	Los facilitadores dan la instrucción para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 10). Posteriormente se hace la retroalimentación de la dinámica.	15"
Motivar a los participantes hacia la siguiente sesión.	Despedida	Expositiva	Los facilitadores llenarán el registro de asistencia incentivando a su participación en la siguiente sesión (Ver Anexo N° 11). A continuación se darán las palabras de despedida.	10"

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

SESIÓN N° 3

Objetivo: Incrementar el uso de respuestas asertivas a través de la identificación de los tres estilos de comunicación que caracterizan la interacción social: pasiva, asertiva y agresiva

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Tener la acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes saludándolos y se procede a la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	05'
Animar a los participantes y propiciar un clima de confianza y relajación.	«El Rey manda»	Participativa	Los facilitadores dan la instrucción para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 12)	10'
Identificar las características de las personas agresiva, pasiva y asertiva.	Charla: «Estilos de comunicación»	Expositiva	Los facilitadores desarrollan la charla con la ayuda de los participantes. (Ver Anexo N° 13)	30'
Consolidar el concepto de Asertividad.	«Completo y entiendo la frase»	Participativa	Se forman grupos con los participantes, posteriormente, los facilitadores dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica (Ver Anexo N° 14)	10'
Ejemplificar las características de las personas agresiva, pasiva y asertiva.	Sociodrama	Participativa	Los facilitadores dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 15)	20'
	Ejercicios aplicativos	Participativa	Los facilitadores dan las instrucciones para desarrollar los ejercicios, posteriormente se hace entrega de las hojas de aplicación. (Ver Anexo N° 16)	15'
Consolidar las características de las personas agresiva, pasiva y asertiva.	«Palabras Mágicas»	Participativa	Los facilitadores dan la instrucción para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 17)	15'
Interiorizar el uso de frases asertivas.	«Pisa Globos»	Participativa	Los facilitadores dan la instrucción para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 18)	10'
Animar y relajar a los participantes Motivar a los participantes hacia la siguiente sesión.	Despedida	Expositiva	Los facilitadores llenarán el registro de asistencia incentivando a su participación en la siguiente sesión. (Ver Anexo N° 11). A continuación se darán las palabras de despedida.	05'

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

SESIÓN N° 4

Objetivo: Estimular el entrenamiento en respuestas asertivas en diversas situaciones sociales como parte del afronte cotidiano

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Tener la acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes saludándolos y se procede a la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	05'
Animar a los participantes y favorecer la relajación antes de iniciar la sesión.	«Tierra y Mar»	Participativa	Los facilitadores dan la instrucción para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 19)	10'
Ofrecer una retroalimentación de los estilos de comunicación.	«Recordamos lo ya hecho»	Participativa	Los facilitadores propician una lluvia de ideas de la sesión anterior.	10'
Promover el uso de respuestas asertivas.	Ejercicio aplicativo: «Uso mi asertividad».	Participativa	Los facilitadores brindan las indicaciones para desarrollar el ejercicio (Ver Anexo N° 20)	15'
Enfatizar el uso de respuestas asertivas.	«Reviento y encuentro la frase»	Participativa	Se brinda las indicaciones para desarrollar el ejercicio (Ver Anexo N° 21)	15'
Dar a conocer el listado de derechos asertivos.	Charla «Mis derechos»	Expositiva	Se da a conocer el listado de derechos asertivos (Ver Anexo N° 22)	20'
Identificar los derechos asertivos de los que no lo son.	«Identifico mis derechos»	Participativa	Se menciona las instrucciones para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 23)	15'
Animar a los participantes.	Gente – Gente	Participativa	Inicio de dinámica. (Ver Anexo N° 24)	20'
Motivar a los participantes hacia la siguiente sesión.	Despedida	Expositiva	Los facilitadores llenarán el registro de asistencia incentivando a su participación en la siguiente sesión. (Ver Anexo N° 11)	10'

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

SESIÓN N° 5

Objetivo: Promover el desarrollo de las características de un buen líder, destacando la importancia de reconocer las fortalezas y debilidades de cada uno de los participantes

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Tener la acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines.	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes saludándolos y se procede a la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	05'
Animar a los participantes y favorecer la relajación antes de iniciar la sesión.	«Cosecha de frutas»	Participativa	Se inicia la sesión con una dinámica. (Ver Anexo N° 25)	10'
Lograr que los participantes reconozcan sus fortalezas y debilidades.	Ejercicio aplicativo	Participativa	Terminando la dinámica inicial, se entregará de las hojas aplicativas, para llevar a cabo el análisis FODA (Ver Anexo N° 26)	15'
Lograr que los participantes conozcan las características de un buen líder.	Charla: «Conociendo a un verdadero líder»	Expositiva	Los facilitadores dan a conocer el tema de liderazgo y destacan las características de un buen líder.	20'
Lograr que los participantes interioricen las características de un líder.	«Preparando mi exposición»	Participativa	Los participantes se forman en dos grupos y realizan un resumen del tema.	15'
Reconocer la importancia de la cooperación en la obtención de los objetivos particulares y generales.	«Lápiz cooperativo»	Participativa	Los facilitadores dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica. (Ver Anexo N° 27)	15'
Animar y ejercitar a los participantes.	«Globo voley»	Participativa	Se indica las instrucciones para llevar a cabo la dinámica. (Ver anexo N° 28)	15'
Evaluar en los participantes el grado de satisfacción del taller.	«Buzón mensajero»	Participativa	Los facilitadores brindan las instrucciones para esta dinámica. (Ver anexo N° 29)	15'
Motivar a los participantes hacia la siguiente sesión.	Despedida	Expositiva	Los facilitadores llenarán el registro de asistencia incentivando a su participación en la siguiente sesión. (Ver Anexo N° 11)	10'

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

SESIÓN N° 6**Objetivo:** Promover el liderazgo democrático a través del reconocimiento de los estilos de liderazgo existentes

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Tener la acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes saludándolos y se procede a la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	05'
Animar a los participantes y estimular la cooperación.	«Titanic»	Participativa	Cómo todas las sesiones, se inicia con una dinámica de integración y animación. (Ver Anexo N° 30)	15'
Fomentar interés en torno al tema.	«Pupiletras»	Participativa	Los facilitadores hacen entrega de los pupiletras para fomentar el interés en el tema. (Ver Anexo N° 31)	15'
Lograr que los participantes conozcan las características de un buen líder.	Charla: «Estilos de Liderazgo»	Expositiva	Los facilitadores dan a conocer los estilos de liderazgo y analizan el tema.	20'
Lograr que los participantes identifiquen los tres estilos de liderazgo.	Ejercicio aplicativo.	Participativa	Los facilitadores hacen entrega de las hojas aplicativas para iniciar el trabajo. (Ver Anexo N° 32)	20'
Lograr que los participantes interioricen el estilo de liderazgo democrático.	«Ahorcado».	Participativa	Los participantes se forman en dos grupos y realizan un resumen del tema. (Ver Anexo N° 33)	15'
Brindar una retroalimentación del tema liderazgo.	«Lluviade ideas»	Participativa	A continuación se realiza una retroalimentación con la lluvia de ideas expresada por los participantes.	20'
Motivar a los participantes hacia la siguiente sesión.	Despedida	Expositiva	Los facilitadores llenarán el registro de asistencia incentivando a su participación en la siguiente sesión. (Ver Anexo N° 11)	10'

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

SESIÓN N° 7

Objetivo: Evaluar el uso de la comunicación asertiva y el desarrollo de las habilidades de liderazgo, en los participantes

Objetivo	Actividad	Técnicas	Procedimiento	Tiempo
Tener la acogida de los participantes.	Bienvenida y Entrega de Solapines	Expositiva	Los facilitadores dan la bienvenida a los participantes saludándolos y se procede a la entrega de los solapines. (Ver Anexo N° 01)	05'
Animar a los participantes y estimular la formación de grupos.	«Familia de Dibujos»	Participativa	Los facilitadores dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica de animación. (Ver Anexo N° 34)	10'
Evaluar el nivel de conocimiento de los participantes sobre el tema de Estilos de Comunicación.	«Ensalada de Letras»	Participativa.	Los facilitadores dan las instrucciones para llevar a cabo la dinámica que ayudará a evaluar el nivel de conocimiento de los participantes, acerca del tema. (Ver Anexo N° 35)	20'
Animar a los participantes y formar grupos.	«Rompecabezas»	Participativa	Se procede a la dinámica que ayudará motivar a los participantes en el tema. (Ver Anexo N° 36)	15'
Evaluar el nivel de conocimiento de los participantes sobre el tema de Liderazgo.	«La Araña Sabia»	Participativa	Los facilitadores dan a conocer las instrucciones para identificar el conocimiento de los participantes acerca del liderazgo. (Ver Anexo N° 37)	20'
Animar a los participantes y fomentar un clima de relajación.	«Vendado con obstáculos»	Participativa	Los facilitadores animarán y fomentarán un clima de relajación y motivación, a través de una dinámica. (Ver anexo 38)	10'
Identificar cambios en los participantes en los estilos de comunicación y de liderazgo.	Cuestionario ¿Cómo me comunico?	Participativa	Se reparten las hojas de aplicación y se imparten las instrucciones para desarrollar el cuestionario. (Ver Anexo N° 04)	10"
Dar las gracias por la participación en el Taller y fomentar lo aprendido en él.	Despedida	Expositiva	Los facilitadores llenarán el registro de asistencia y premiarán a los participantes por su asistencia y constancia al taller.	20'

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

ANEXO 4
ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES
 (Gismero, 1996)

FECHA _____ EDAD _____

Instrucciones

Anote sus respuestas, redondeando la letra de la alternativa que mejor se ajuste a su modo de ser o actuar. Comprueba que rodea la letra en la misma línea de la base que ha leído.

- A. No me identifico en absoluto: la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
- B. Más bien no tiene nada que ver conmigo, aunque algunas veces me ocurra.
- C. Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así.
- D. Muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos.

Nº	PREGUNTAS	A	B	C	D
1	A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer estúpido (a)	A	B	C	D
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc.	A	B	C	D
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A	B	C	D
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que yo, me callo.	A	B	C	D
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle «NO».	A	B	C	D
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.	A	B	C	D
7	Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que me la hagan de nuevo.	A	B	C	D
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	A	B	C	D

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

N°	PREGUNTAS	A	B	C	D
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago, no sé qué decir.	A	B	C	D
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo (a).	A	B	C	D
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A	B	C	D
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me es difícil decirle que se calle.	A	B	C	D
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A	B	C	D
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A	B	C	D
15	Hay determinadas cosas que no me gusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A	B	C	D
16	Si salgo de la tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí para pedir el cambio correcto.	A	B	C	D
17	Se me hace fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A	B	C	D
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me pongo a conversar con ella.	A	B	C	D
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A	B	C	D
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas a tener que pasar por entrevistas personales.	A	B	C	D
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A	B	C	D
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A	B	C	D
23	Nunca sé cómo «cortar» a un amigo que habla mucho.	A	B	C	D
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho mi decisión.	A	B	C	D
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A	B	C	D
26	Me cuesta mucho pedir a un amigo, que me haga un favor.	A	B	C	D

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Nº	PREGUNTAS	A	B	C	D
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A	B	C	D
28	Me siento turbado(a) o inquieto(a) cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A	B	C	D
29	Me cuesta expresar mi opinión en grupos (clase, reuniones, etc.)	A	B	C	D
30	Cuando alguien se me cuele en la fila, hago como si no me hubiese dado cuenta.	A	B	C	D
31	Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.	A	B	C	D
32	Muchas veces prefiero ceder, callarme o «quitarme de en medio» para evitar problemas con otras personas.	A	B	C	D
33	Hay veces que no sé negarme a salir con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A	B	C	D

Gracias!!!

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

ANEXO 7

CUESTIONARIO «¿CÓMO ME COMUNICO?»

Nombre: _____

Edad: _____

Instrucciones:

Lee cada oración y coloca una (X) en la fila que corresponda según como piensas, sientas o te comportes.

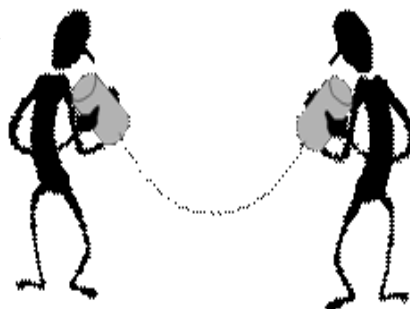
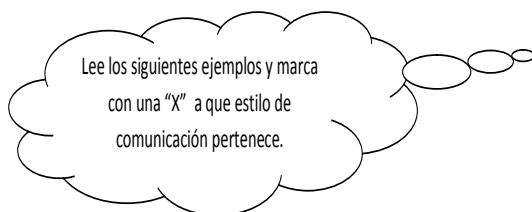
	Sí	No
1. ¿Si no estoy de acuerdo con alguien digo lo que pienso de manera adecuada?		
2. ¿Puedo decir lo que siento con facilidad?		
3. ¿Espero mi turno para hablar?		
4. ¿Contesto mal ante las críticas?		
5. ¿Me molesto cuando pierdo en un juego?		
6. ¿Reconozco cuando me equivoco?		
7. ¿Trabajo bien en equipo?		
8. ¿Me gusta dirigir mi equipo de trabajo?		
9. ¿Cuándo juego en grupo, me gusta poner las reglas del juego?		
10. ¿Prefiero seguir a los demás en los juegos que realizan?		
11. ¿Propongo yo los juegos?		
12. ¿Me preocupo porque mi equipo logre sus metas?		

¡¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!!!

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015



EJEMPLOS	ESTILOS DE COMUNICACION		
	PASIVO	AGRESIVO	ASERTIVO
Miguel va a la casa de Marco para jugar Nintendo, pero Marco le explica que no puede porque tiene que terminar su tarea.			
Andrea compró un pan con pollo y no le gustó porque tenía mostaza, luego, gritando le dice a la señora que le cambie el pan.			
Lili no desea ir al parque a jugar, pero acepta ir para que Violeta no se enoje con ella.			
Todos los días durante el recreo Luis se deja quitar su lonchera por Iván y no le dice nada.			
Mientras Toño y Pepe estaban jugando, Pepe, le quita un juguete a Toño, a lo que él responde: <i>«Devuélveme mi juguete por favor, no está bien que me lo quites».</i>			
Juan: Rodolfo préstame tu cuaderno para copiar la clase o si no lo haces te pego.			

* dalarconp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

ANEXO 20

EJERCICIO APLICATIVO

«USO MI ASERTIVIDAD»

Para realizar este ejercicio se subdividirá al grupo en 4 subgrupos, cada grupo colocará en un papelógrafo las frases o conductas más comunes que los adolescentes utilizan para pedir un favor, para dirigirse a su compañero, para manifestar su enojo, para manifestar su vergüenza o su tristeza.

Para ello, contarán con dos papelógrafos; en los cuales podrán describir lo que perciben de sus pares. Luego esas frases y/o conductas las cambiarán por asertivas y realizarán lo mismo en casa y en su vida cotidiana.

* dalarcomp@usmp.pe

** mariuccia_angeles@yahoo.es

Cultura: Lima (Perú) 29: 11-31, 2015

