

ANEXOS

ANEXO N° 1

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

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

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

INSTRUCCIONES

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

Encierra en un círculo la respuesta que más crea conveniente:

Marque 1 si su respuesta es NUNCA.

Marque 2 si su respuesta es MUY POCAS VECES.

Marque 3 si su respuesta es ALGUNA VEZ.

Marque 4 si su respuesta es A MENUDO.

Marque 5 si su respuesta es SIEMPRE.

Responda rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas

Items	Nunca	Muy Pocas	Algunas Veces	A menudo	Siempre
1. ¿Presta atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que le están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3. ¿Habla con otras personas sobre cosas que le interesan a los demás?	1	2	3	4	5
4. ¿Determina la información que necesita y se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Permite que los demás sepan que agradece los favores, etc.?	1	2	3	4	5
6. ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5

7. ¿Ayuda a que los demás se conozcan entre si?	1	2	3	4	5
8. ¿Le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5
9. ¿Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10. ¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿ Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?	1	2	3	4	5
15. ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?	1	2	3	4	5
16. ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?	1	2	3	4	5
17. ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intenta comprender el enfado de la otra persona?	1	2	3	4	5
19. ¿Permite que los demás sepan que se interesa o se preocupa por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Piensa por qué está asustado y hace algo para disminuir su miedo?	1	2	3	4	5
21. ¿Se dice a si mismo o hace cosas agradables cuando se merece una recompensa?	1	2	3	4	5
22. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pide a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayuda a quien lo necesita?	1	2	3	4	5

25. ¿Llega a establecer un sistema que le satisfaga tanto como a quienes sostienen posturas diferentes?	1	2	3	4	5
26. ¿Controla su carácter de modo que no se le "escapan las cosas de la mano"?	1	2	3	4	5
27. ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cual es su postura?	1	2	3	4	5
28. ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás le hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Se mantiene al margen de situaciones que le puedan ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31. ¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar solución?	1	2	3	4	5
32. ¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35. ¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y, luego, hace algo para sentirse mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiesta a los demás que han tratado injustamente a un amigo?	1	2	3	4	5
37. ¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?	1	2	3	4	5
38. ¿Comprende la razón por la cual ha fracasado en una determinada situación y que puede hacer para tener más éxito en el futuro?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprende lo que significa una acusación y por qué se la han hecho y, luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le ha hecho la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5

42. ¿Decide lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43. ¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5
44. ¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5
45. ¿Toma decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Resuelve que necesita saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determina de forma realista cual de los numerosos problemas es el más importante y el que debería solucionar primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5

EHS		Nombre y apellidos		Edad	Sexo
		Contra		Fecha	
ANTE SUS RESPUESTAS RODEANDO LA LETRA DE LA ALTERNATIVA QUE MEJOR SE AJUSTE A SU MANEJO DE SER O DE ACTUAR. COMPRUEBE QUE RODEA LA LETRA EN LA MISMA UNICA DE LA FRASE QUE HA LEIDO.					
A No me identifico en absoluto, la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría. B Más bien no tiene que ver conmigo, aunque alguna vez 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.					
1	A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer estúpido.	A B C D	1		
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc.	A B C D	2		
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	3		
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que yo, me callo.	A B C D	4		
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	5		
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.	A B C D	6		
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	7		
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	A B C D	8		
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago, no sé qué decir.	A B C D	9		
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	A B C D	10		
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D	11		
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D	12		
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D	13		
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D	14		
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D	15		
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal la vuelta, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A B C D	16		
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D	17		
18	Si voy en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D	18		
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A B C D	19		
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D	20		
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D	21		
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D	22		
23	Nunca sé cómo «cortar» a un amigo que habla mucho.	A B C D	23		
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	A B C D	24		
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D	25		
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D	26		
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A B C D	27		
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mí físico.	A B C D	28		
29	Me cuesta expresar mi opinión en grupos (en clase, en reuniones, etc.).	A B C D	29		
30	Cuando alguien se me «cuela» en una fila, hago como si no me diera cuenta.	A B C D	30		
31	Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados.	A B C D	31		
32	Muchas veces prefiero ceder, callarme o «quitarme de en medio» para evitar problemas con otras personas.	A B C D	32		
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	33		

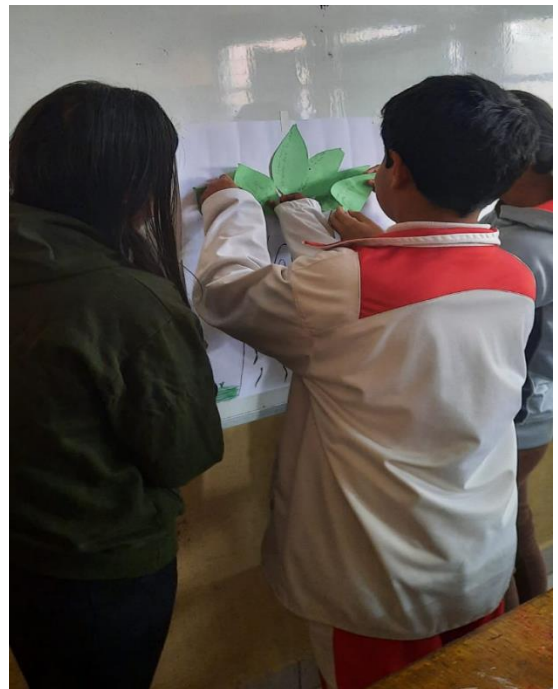
**COMPRUEBE QUE HA DADO UNA CONTESTACIÓN
A CADA UNA DE LAS FRASES**

Autor: Elena Gómara González
 Copyright © 2000 by TEA Ediciones, S.A. - Todos los derechos reservados - Prohibida la reproducción total o parcial.
 Edita: TEA Ediciones, S.A. (Madrid) - Ejemplar impreso en DOS TINTAS - Printed in Spain - Impreso en España.

ANEXO N° 3







ANEXO N° 4

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA "JUAN MISAEL SARACHO"**
FACULTAD DE HUMANIDADES
CARRERA DE PSICOLOGÍA
DEPARTAMENTO DE ADMINISTRACIÓN CONJUNTA
DE CIENCIAS SOCIALES Y PSICOLOGÍA EDUCATIVA - PSICOLOGÍA GENERAL Y CLÍNICA
Campus universitario - Tel. 66-43114 - interno 106 - 107
Tarija - Bolivia



Tarija, 11 de marzo de 2024
UNIV.FAC.HUM.DPTO.PSIC.OF.Nº. 102/2024

Señora
Lic. Doris Rodriguez
DIRECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "HUMBERTO PORTOCARRERO II"
TURNO - TARDE

Presente.

REF: Solicitud de permiso para aplicación de Programa.

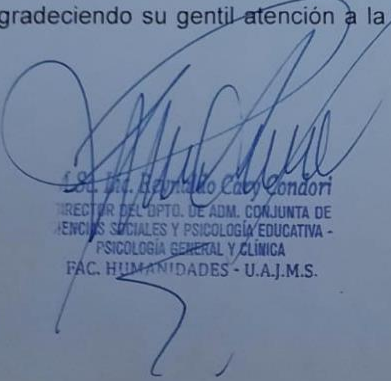
Distinguida Directora:

Por intermedio de la presente tengo a bien dirigirme a usted, para expresarle un saludo cordial, deseándole éxitos en las delicadas funciones que desempeña.

La Carrera de Psicología de la Universidad Autónoma "Juan Misael Saracho", tiene en su Curricula la asignatura de Actividad de Profesionalización I, II y III, en la cual, los estudiantes realizan trabajos de Investigación y/o Prácticas Institucionales, como modalidad de graduación.

El motivo de la presente es hacerle conocer que la Univ. LUZ ALEJANDRA CRUZ ANCASI, CON C.I 10727337, Cel. 61850128, RU. 110887, está cursando la materia de **actividad de profesionalización II**. Por lo que; solicito a su autoridad pueda dar la autorización correspondiente para que la universitaria, realice el trabajo de **PRACTICA INSTITUCIONAL**, con el tema titulado: "FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE 1RO, 2DO. Y 3RO DE SECUNDARIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "HUMBERTO PORTOCARRERO II" (TURNO - TARDE), que tiene a bien usted dirigir.

Sin otro particular y agradeciendo su gentil atención a la presente, saludamos a usted muy atentamente.


Lic. Lic. Gonzalo Cruz Condori
DIRECTOR DEL DPTO. DE ADM. CONJUNTA DE
CIENCIAS SOCIALES Y PSICOLOGÍA EDUCATIVA -
PSICOLOGÍA GENERAL Y CLÍNICA
FAC. HUMANIDADES - U.A.J.M.S.

Docente de la materia
M.Sc. Lic. Isabel Morales.
RC/rb.
Arch.



ANEXO N° 5



UNIDAD EDUCATIVA
"HUMBERTO PORTOCARRERO 2"
TARIJA - BOLIVIA



CERTIFICADO

La suscrita Directora de la Unidad Educativa "Humberto Portocarrero 2" de Fe y Alegría Tarija, Lic. Doris Rodríguez Gallo, en uso de sus legítimas funciones y atribuciones administrativas, confiere el presente certificado.

CERTIFICA:

Que, la Srta. LUZ ALEJANDRA CRUZ ANCASI, con CI 10727337 Tja, cursa la carrera de Psicología en la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho. Durante su formación, prestó servicios en la Unidad Educativa Humberto Portocarrero 2, donde llevó a cabo la aplicación del "Programa de Fortalecimiento de las Habilidades Sociales en Estudiantes de 1ro, 2do y 3ro de Secundaria". De esta manera, ha cumplido con un total de 500 horas de práctica institucional, donde ha demostrado responsabilidad, eficiencia y compromiso con la Institución Educativa.

Es cuanto certifico en honor a la verdad.



Lic. Doris Rodríguez Gallo
DIRECTORA
U.E. HUMBERTO PORTOCARRERO 2

Tarija, septiembre de 2024



ANEXO N° 6



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
"JUAN MISAEL SARACHO"
FACULTAD DE HUMANIDADES
Departamento de Idiomas



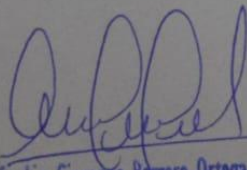
CENTRO DE TRADUCCIÓN Y CORRECCIÓN C.T.C
Campus Universitario - Tel. 6665045 6643114 - Interno 108
Tarija -Bolivia

CERTIFICADO

El Centro de Traducción y Corrección de la U.A.J.M.S. certifica que, el trabajo de investigación titulado: **"PROGRAMA DE FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE 1RO, 2DO Y 3RO DE SECUNDARIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA HUMBERTO PORTOCARRERO 2"** correspondiente a la estudiante **UNIV. LUZ ALEJANDRA CRUZ ANCASI, R.U. 110887**, de la Carrera de Psicología, de la Facultad de Humanidades, en la materia de Actividad de Profesionalización III APF 512, fue corregida en lo que respecta a los aspectos gramaticales, sintácticos y ortográficos por la Docente Lic. Mohira Ayarde.

Es cuanto certificamos para los fines consiguientes de la interesada.

Tarija, 27 de septiembre de 2024


M.Sc. Lic. Giovanna Barrero Ortega
DIRECTORA CARRERA DE IDIOMAS
FACULTAD DE HUMANIDADES
U.A.J.M.S.



Nota: La Lic. Mohira Ayarde pertenece al equipo de Docentes del Departamento de Idiomas. Número de Celular 71868361