



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO DE PUNO**

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN SOCIAL**



**INFLUENCIA DEL TEATRO EN EL DESARROLLO DE  
HABILIDADES SOCIALES EN EL ELENCO TEATRAL CHASKA**

**ÑAWI**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**Bach. GUADALUPE VICTORIA ESTOFANERO ZÚÑIGA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN  
SOCIAL**

**PUNO – PERÚ**

**2019**



## DEDICATORIA:

*A mis padres Manuel y Gladys por apoyarme incondicionalmente en mi formación académica, brindándome sabios consejos para mi futuro.*

*A los integrantes del grupo Chaska Ñawi que confiaron en mí y se adentraron en esta aventura, a esa gente hermosa que aún puede soñar y crear nuevos mundos para los demás.*

*Guadalupe Victoria Estofanero Zuñiga*



## **AGRADECIMIENTOS:**

*A mis padres que son las personas que me motivaron a seguir, que me levantaron cuando me caí y me protegieron con todas sus fuerzas de las adversidades de la vida, a toda mi familia que son mis padres , mi hermana y mis mascotas que me enseñaron el significado del amor.*

*A los integrantes del grupo Chaska Ñawi que pusieron sus sueños en mí, que confiaron en mí, que apostaron por mí y lo más importante que me hicieron parte de su vida. Un infinito GRACIAS.*

*Guadalupe Victoria Estofanero Zuñiga*



# ÍNDICE GENERAL

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTOS**

**ÍNDICE GENERAL**

**ÍNDICE DE TABLAS**

**ÍNDICE DE FIGURAS**

**RESUMEN..... 10**

**ABSTRACT ..... 12**

## **CAPÍTULO I**

### **INTRODUCCIÓN**

**1.1.PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: ..... 15**

**1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA ..... 16**

1.2.1. Pregunta general..... 16

1.2.2. Preguntas específicas: ..... 16

**1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN:..... 16**

1.3.1. Hipótesis general:..... 16

1.3.2. Hipótesis específicas: ..... 16

**1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO..... 16**

**1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 18**

1.5.1. Objetivo general ..... 18

1.5.2. Objetivos específicos ..... 18

## **CAPÍTULO II**

### **REVISIÓN DE LITERATURA**

**2.1. ANTECEDENTES ..... 19**

**2.2. MARCO TEÓRICO ..... 23**

2.2.1. Comunicación teatral ..... 23

2.2.2. Teatro ..... 25

2.2.3. Habilidades sociales ..... 26

2.2.5 Dimensiones que forman las habilidades sociales- ..... 28

2.2.6. Adquisición de las habilidades sociales: ..... 30

2.2.7. Habilidades relacionadas con los sentimientos ..... 32

2.2.8. Habilidades alternativas ..... 33



2.2.9. Habilidades para hacer frente al estrés.....	34
<b>2.3. MARCO CONCEPTUAL .....</b>	<b>36</b>

### **CAPÍTULO III**

#### **MATERIALES Y MÉTODOS**

<b>3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....</b>	<b>39</b>
<b>3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO .....</b>	<b>39</b>
<b>3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.....</b>	<b>39</b>
<b>3.4. GRUPOS.....</b>	<b>39</b>
3.4.1. Grupo control .....	39
3.4.2. Grupo experimental.....	40
<b>3.5 ELABORACIÓN DE TALLERES .....</b>	<b>42</b>
<b>3.6. DISEÑO ESTADÍSTICO .....</b>	<b>47</b>
3.6.1. Tipo de investigación .....	47
3.6.2. Método de investigación .....	47
3.6.3. Diseño de investigación .....	48
<b>3.7. INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS.....</b>	<b>49</b>
3.7.2. Técnicas.....	51
3.7.3 Técnicas de procesamiento de análisis de datos .....	52
<b>3.8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....</b>	<b>55</b>

### **CAPÍTULO IV**

#### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

<b>4.1. GRUPO CONTROL – PRE TEST .....</b>	<b>58</b>
4.1.1. Resultados de habilidades relacionadas con los sentimientos.....	58
4.1.2. Resultados de las habilidades alternativas .....	59
4.1.3. Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés.....	61
4.1.4. Resultado general del grupo control .....	62
<b>4.2. GRUPO CONTROL – POST TEST .....</b>	<b>64</b>
4.2.1. Resultados de habilidades relacionadas con los sentimientos.....	64
4.2.2. Resultados de las habilidades alternativas .....	65
4.2.3. Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés.....	66
4.2.4. Resultado general del grupo control .....	66



<b>4.3. GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST .....</b>	<b>67</b>
4.3.1. Resultados de las habilidades con los sentimientos .....	67
4.3.2. Resultado de las habilidades alternativas .....	69
4.3.3. Resultado de las habilidades para hacer frente al estrés .....	70
4.3.4. Resultado general-pre test-grupo experimental .....	71
<b>4.4. GRUPO EXPERIMENTAL-POST TEST.....</b>	<b>72</b>
4.4.1. Resultados de las habilidades con los sentimientos .....	72
4.4.2. Resultados de las habilidades alternativas .....	74
4.4.3. Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés .....	76
4.4.4. Resultados generales del grupo experimental- post test .....	77
<b>4.5 PRUEBA T DE STUDENT .....</b>	<b>79</b>
4.5.1. Post test grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos).....	79
4.5.2. Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas) .....	83
4.5.3. Post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés) .....	86
4.5.4. Post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales) .....	89
<b>V. CONCLUSIONES.....</b>	<b>94</b>
<b>VI.RECOMENDACIONES .....</b>	<b>95</b>
<b>VII.REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>96</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>100</b>

**Área:** Comunicación para el Desarrollo

**Línea:** Teatro y Habilidades Sociales

**FECHA DE SUSTENTACIÓN:** 23 de Agosto del 2019



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> Taller de motivación .....	44
<b>Tabla 2:</b> Taller de Receptividad .....	45
<b>Tabla 3 :</b> Taller para generar fluidez de pensamiento .....	45
<b>Tabla 4:</b> Facilidad ante nuevas situaciones .....	46
<b>Tabla 5:</b> Generar confianza en uno mismo .....	46
<b>Tabla 6 :</b> Escuchar al compañero .....	47
<b>Tabla 7:</b> Valoración de variables y dimensiones por niveles .....	51
<b>Tabla 8:</b> Operacionalización de Variables .....	55
<b>Tabla 9:</b> Resultados de habilidades con los sentimientos-Grupo Control-Pre test ...	58
<b>Tabla 10:</b> Resultados de las Habilidades Alternativas Grupo Control-Pre test .....	59
<b>Tabla 11:</b> Resultado de las habilidades sociales frente al estrés, Grupo Control-Pre test.....	61
<b>Tabla 12:</b> Resultado General, Grupo Control-Pre test .....	62
<b>Tabla 13:</b> Resultados de las habilidades con los sentimientos, Grupo Control-Post test .....	64
<b>Tabla 14:</b> Resultados de las habilidades alternativas Grupo Control-Post test.....	65
<b>Tabla 15:</b> Resultados de las Habilidades para hacer frente al estrés, Grupo Control- Post test .....	66
<b>Tabla 16:</b> Resultado General, Grupo Control-Post test .....	66
<b>Tabla 17:</b> Resultados de las habilidades con los sentimientos, grupo experimental, Post Test.....	67
<b>Tabla 18:</b> Resultado de las habilidades alternativas, grupo experimental, pre test...	69
<b>Tabla 19:</b> Resultado de las habilidades para hacer frente al estrés .....	70



<b>Tabla 20:</b> Resultado General, Grupo Experimental, Pre test .....	71
<b>Tabla 21:</b> Resultados de las Habilidades con los Sentimientos, Grupo Experimental, Post Test .....	72
<b>Tabla 22:</b> Resultado de habilidades alternativas, Grupo Experimental, Post Test ..	74
<b>Tabla 23:</b> Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés, Grupo Experimental, Post Test .....	76
<b>Tabla 24:</b> Resultados Generales del Grupo Experimental, Post Test .....	77
<b>Tabla 25:</b> Post test grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos).....	79
<b>Tabla 26:</b> Prueba de normalidad, Grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos).....	81
<b>Tabla 27:</b> Resultados de Prueba de Normalidad Grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos .....	81
<b>Tabla 28:</b> Prueba de muestras independientes de habilidades con los sentimientos.	81
<b>Tabla 29:</b> Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas) .....	83
<b>Tabla 30:</b> Prueba de Normalidad: Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas)	84
<b>Tabla 31:</b> Resultados de la prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas) .....	84
<b>Tabla 32:</b> Prueba de muestras independientes- habilidades alternativas .....	85



<b>Tabla 33:</b> post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés).....	86
<b>Tabla 34:</b> Prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés).....	87
<b>Tabla 35:</b> Resultados de la Prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés) .....	88
<b>Tabla 36:</b> Prueba muestras independientes. Habilidades para hacer frente al estrés	88
<b>Tabla 37:</b> Post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales) .....	89
<b>Tabla 38:</b> Prueba de normalidad: post test grupo experimental (resultados generales) con el post test del grupo control (resultados generales) .....	91
<b>Tabla 39:</b> Resultados de la prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales) .....	91
<b>Tabla 40:</b> Prueba de muestras independientes –resultados generales .....	92



## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura N° 1:</b> Niveles de expresión y comunicación. ....	24
---	----



## RESUMEN

El objeto de estudio es experiencia realizada con un grupo de jóvenes y señoritas dentro del grupo teatral Chaska Ñawi, para desarrollar habilidades sociales y comunicativas. El objetivo fue demostrar que la producción de talleres y puestas en escena influyen en el desarrollo de habilidades sociales-comunicativas en jóvenes de 18 a 22 años de las distintas universidades de la ciudad de Puno. Se trabajó con un grupo experimental de 15 jóvenes y el grupo control de igual forma. La metodología empleada fue el enfoque cuantitativo; el diseño de la investigación es cuasi experimental, cuya información se recibió en el periodo 2018-2019, dos veces por semana, tres horas en cada sesión. Para el baseado de datos se usó el paquete estadístico SPSS statistics versión 23. Los resultados fueron analizados a través de la T de Student pasando por los filtros de la prueba de normalidad y la prueba Levene y este mostro una diferencia respecto a las puntuaciones obtenidas en los resultados generales entre las poblaciones de estudio ( $t = 20,425$ ), esta diferencia según el valor de ( $p = ,281$ ) fue menor a ( $0.05$ ), indicando una diferencia estadísticamente significativa por lo tanto se rechaza la  $H_0$  a favor de la  $H_1$ , asumiendo que existe diferencia significativa de las habilidades sociales (habilidades con los sentimientos, habilidades alternativas y habilidades para hacer frente al estrés) en el elenco teatral Chaska Ñawi.

**Palabras Clave:** Teatro, habilidades sociales, grupo control, grupo experimental



## ABSTRACT

The object of study is the experience with a group of young people and ladies within the theater group Chaska Ñawi, to develop social and communication skills. The objective was to demonstrate that the production of workshops and staging influences the development of social-communicative skills in young people from 18 to 22 years old from the different universities in the city of Puno. We worked with an experimental group of 15 young men and women and the control group in the same way. The techniques used were: Observation and interview and the instrument a psychological test of Goldstein. The methodology used was the quantitative approach, the research was applied, the design of the research is quasi-experimental, the recognition of information for a period of one year (2018-2019). , twice a week, working for three hours in each session. For the data base, the statistical package SPSS statistics version 23 was used. The results were analyzed through the student's T Through the filters of the normality test and the Levene test and this showed a difference with respect to the scores obtained in the general results among the study populations ( $t = 20,425$ ), this difference according to the value of ( $p = ,281$ ) was less than (0.05), indicating a statistically significant difference therefore the  $H_0$  is rejected in favor of the  $H_1$  , assuming that there is a significant difference in social skills (feelings skills, alternative skills and coping skills) in the theatrical cast Chaska Ñawi.

**Key Words:** Theater, Social Skills, Control Group, Experimental Group



# CAPÍTULO I

## INTRODUCCIÓN

Se presenta una escena donde se encuentran grandes dificultades en el desarrollo de las habilidades sociales-comunicacionales básicas (habilidades con los sentimientos, habilidades alternativas y habilidades para hacer frente al estrés) en el ámbito universitario, para lo cual se propuso como objetivo demostrar la influencia del teatro en las habilidades sociales en jóvenes de 18 a 22 años de edad de las distintas universidades de Puno.

No hay que olvidar que nos encontramos en un escenario con grandes dificultades en el desarrollo de las habilidades sociales y comunicacionales básicas como habilidades con los sentimientos, habilidades alternativas y habilidades para hacer frente al estrés, particularmente en el ámbito universitario.

Esta investigación representa una oportunidad para que el teatro, utilizado como una herramienta comunicacional, cumpla con su papel social y educativo, ya que es un aprendizaje en un ambiente no formal, en donde los jóvenes sienten, aprenden, crean y transforman en escena, iniciando de esta manera en lo que Kaplún considera como un compromiso con una pedagogía de espíritu liberador, centrada en la creatividad, que contribuye a fortalecer la conciencia, la participación, la solidaridad y la capacidad de organización.

En consecuencia, El teatro se convierte en un medio que recoge, preserva y difunde la cultura, contribuyendo a la integración de la comunidad.

Esta propuesta se orienta a trabajar, desde el teatro, para generar una transformación en los jóvenes motivándolos e incentivándolos. En primer lugar, sugiere construir el



conocimiento a través de acciones, y en segundo lugar, incentiva formar jóvenes, con ciudadanía, que sean líderes en sus grupos capaces de expresarse y emplear los medios.

Por ello, los argumentos que se exponen en el presente trabajo no deben ser considerados sólo como talleres de teatro o experiencias de un grupo de jóvenes sino como el primer paso para vivir diversos procesos que promuevan el cambio y aporten en la formación de ciudadanos.

El contenido está estructurado en cinco capítulos:

En el primer capítulo se encuentra la introducción, donde podremos encontrar el planteamiento y la formulación del problema, la hipótesis de la investigación, la justificación del estudio y los objetivos.

En el segundo capítulo se encuentra la revisión de literatura, donde se plasman los antecedentes, el marco teórico y el marco conceptual.

En el tercer capítulo se encuentran los materiales y métodos, donde se describe la ubicación geográfica del estudio, el periodo de duración de estudio, la procedencia del material utilizado, los grupos, el diseño estadístico, el procedimiento, las variables y el análisis de los resultados.

En el cuarto capítulo se encuentran los resultados y la discusión de los mismos, resultados obtenidos de la aplicación del instrumento de investigación.

Por último se plasman las conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos, sobre el desarrollo de la investigación.



## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Para los procesos de cambios sociales se necesita la intervención de personas dispuestas a generarlos. En este sentido, se necesitan personas que tengan la suficiente capacidad en el manejo de habilidades sociales que posibiliten conocer el comportamiento social de los individuos, con la finalidad de realizar cambios.

Las personas, en el presente siglo, sobre todo niños, no desarrollan habilidades para una interacción social adecuada, debido a la presencia de tecnologías modernas como los aparatos electrónicos que limitan la comunicación interpersonal, de igual forma al no tener una buena comunicación con sus padres, y que estos no les brinden cariño y amor en la época de la infancia los convierte en personas que ocultan lo que sienten, muchos de ellos tienen experiencias traumáticas en este lapso de su vida, que las guardan dentro de sí, generándose una bomba de tiempo emocional, crean máscaras, haciendo creer a la sociedad que son algo que nunca fueron, el ser humano es muy complejo emocionalmente, psicológicamente y comunicativamente, cada persona tiene un pasado distinto, ninguno es igual al otro, haciendo que se deba trabajar individualmente con cada uno de los integrantes, llevando a cabo un proceso comunicativo-emocional. El resultado es una niñez y juventud con pocas posibilidades de comunicación interpersonal adecuada. En otras palabras, los niños y jóvenes de hoy tienen, en la mayoría de los casos, un déficit en sus habilidades sociales.

La comunicación interpersonal adecuada que plantea el grupo teatral Chaska Ñawi es la base para la realización de los seres humanos con empatía con los demás y a través de distintos procesos comunicacionales lograr, en el tiempo, cambios sociales y culturales. Al respecto, Caballo (1993) señala que el hecho de tener una buena comunicación y un buen uso de habilidades sociales hacen que las personas interactúen con los demás, que pueda crear y entrar en mundo ajenos.



## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### 1.2.1. Pregunta general

¿Cómo el teatro influye en el desarrollo de las habilidades sociales en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno ?

### 1.2.2. Preguntas específicas:

-¿De qué manera influye el teatro en el desarrollo de las habilidades relacionadas con los sentimientos en el elenco teatral Chaska Ñawi – Puno?

-¿De qué manera influye el teatro en el desarrollo de las habilidades alternativas en el elenco teatral Chaska Ñawi – Puno?

- ¿De qué manera influye el teatro en el desarrollo de habilidades para hacer frente al estrés en el elenco teatral Chaska Ñawi- Puno?

## **1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN:**

### 1.3.1. Hipótesis general:

El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades sociales en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno.

### 1.3.2. Hipótesis específicas:

-El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades relacionadas con los sentimientos en el elenco teatral Chaska Ñawi – Puno.

-El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades alternativas en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno.

-El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades para hacer frente al estrés en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno



#### 1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El teatro es una herramienta comunicacional que permite que todos los integrantes del grupo desarrollen sus capacidades artísticas y adquieran mayor confianza para expresar sus sentimientos y emociones. Asimismo, posibilita agilidad en la imaginación para el cambio de actitudes sociales y culturales. Al respecto,

Existen diferentes procesos comunicacionales que se dan simultáneamente en un grupo de teatro, la identificación con el área de comunicación y con el teatro comunitario permite avanzar en lo social.

Uranga,(2003) menciona: Las prácticas sociales, desde lo comunicacional, se convierte en prácticas de enunciación, que se van construyendo a través de las narraciones y mediante de desarrollo de habilidades y técnicas expresivas, un discurso que es entramado de la cultura y fundamento de la historia de vida de una comunidad.

El contexto social actual, caracterizado por la globalización y la hegemonía cultural occidental, exige el rescate de la cultura local como el punto de partida en la búsqueda de la transformación social. La cultura, en su dimensión artística, debe ser considerada como la base del desarrollo social. El teatro, bajo el enfoque de teatro comunitario y su incidencia en las habilidades sociales de los integrantes del grupo, se convierte en una herramienta real para el logro, en el tiempo, de un proceso de transformación social.

En consecuencia, se planea dar solución a la problemática a través del grupo teatral Chaska Ñawi donde se va a manejar variables dependientes que son las habilidades sociales de los integrantes del grupo y variable independiente que es propiamente el teatro con el propósito de lograr el objetivo del presente trabajo de investigación.



El grupo teatral comunitario Chaska Ñawi se convierte en una alternativa real en el desarrollo de habilidades sociales a partir de la consideración de variables dependientes (habilidades sociales) y la variable independiente (el teatro).

## **1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### 1.5.1. Objetivo general

Determinar la influencia del teatro en el desarrollo de habilidades sociales en el grupo teatral Chaska Ñawi.

### 1.5.2. Objetivos específicos

-Determinar la influencia del teatro en las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno.

-Precisar la influencia del teatro en las habilidades alternativas en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno.

-Determinar la influencia del teatro, en las habilidades para hacer frente al estrés en el elenco teatral Chaska Ñawi-Puno



## CAPÍTULO II

### REVISIÓN DE LITERATURA

#### 2.1. ANTECEDENTES

##### - LOCAL:

Bedoya (2010) en el artículo científico titulado “*Desarrollo de habilidades comunicativas básicas en niños de 9 a 13 años a través de la radio*”, explica que Puno tiene una escena que presenta grandes dificultades en el desarrollo de las habilidades comunicativas. La autora presenta la oportunidad de que un medio masivo como es la radio cumple con su papel social y educativo, además de generar un cambio en la enseñanza, debido a que todo lo que los niños aprenden, investigan, reflexionan, viven y sienten puede ser volcado a un medio de comunicación: señala, además, que existe una pedagogía de espíritu liberador, centrada en la creatividad. Concluye que al tener una visión del medio como objeto de estudio, herramienta de aprendizaje y medio de difusión, permite que el niño productor experimente y sienta la necesidad de efectuar actividades como: investigar, recolectar, seleccionar información. Finalmente explica que este modelo de educación debe incluir la comunicación para ser participativa, dialógica y multidireccional, donde se concibe al niño como un sujeto comunicante, dotado de potencialidades para actuar y facultado no sólo para recibir, sino para autogenerar y emitir sus propios mensajes.

Briones (2017) en la tesis titulada “*Habilidades Sociales según el género en estudiantes de nivel secundario del Colegio Adventista de Puno, 2017*”, para optar el título de licenciada en psicología en la Universidad Peruana Unión de la ciudad de Juliaca, presenta una tesis cuyo tipo y diseño es de carácter descriptivo comparativo, donde explica que desde la niñez y la adolescencia se han soportado una presión creciente en



cuanto al cumplimiento de rol de género y que estos estereotipos sociales influyen directamente en la conducta que esta desempeñada por la persona, ya que a partir del cumplimiento de estos, se refuerzan ciertas conductas sociales y de esta forma se muestra que los varones se comporten de manera asertiva y las mujeres se muestren empáticas y gentiles, en lo cual concluye que existe diferencia significativa de las habilidades sociales según el género en estudiantes del nivel secundario del Colegio Adventista de Puno, 2017.

Mamani (2016) en la tesis titulada *“Habilidades sociales y conductas de riesgo en los adolescentes escolares de la institución educativa secundaria José Antonio Encinas, Juliaca-2016”*, para optar el título de licenciada en enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno, en donde determina la relación que existe entre las habilidades sociales y las conductas de riesgo en los adolescentes, el estudio es de tipo descriptivo, correlacional de corte transversal, explicando que la adolescencia es una etapa de desarrollo marcada por importantes cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales. Estos cambios implican el potencial para lograr una mayor autonomía mediante las habilidades sociales como son la asertividad, la comunicación, toma de decisiones que lleva a un crecimiento personal, pero también el adolescente adopta conductas de riesgo como son consumo de bebidas alcohólicas, consumo de cigarros, cuando no han logrado un desarrollo de sus habilidades sociales. Concluyendo que las Habilidades Sociales y Conductas de Riesgo están relacionadas significativamente.

#### **- NACIONAL**

Pérez (2017) en la tesis titulada *“El arte dramático para la mejora de las habilidades sociales en estudiantes de tercero de secundaria UGEL n°06 , Ate, Vitarte , Lima”*, presenta una tesis de carácter cuantitativo, con un diseño cuasi experimental donde explica que el propósito del programa de dramatización que plantea, despierta interés en los estudiantes de tercero de secundaria, UGEL N°06, por el trabajo grupal que adoptan



actitudes y ayudan a la comunicación asertiva y cooperación entre ellos. La importancia de la tesis fue contribuir un programa basado en estrategias de dramatización que permita el fortalecimiento y desarrollo de las habilidades sociales de su población en estudio.

Benza (2017) en su tesis *“El teatro como herramienta de comunicación intercultural”* para optar el título de licenciado en artes escénicas en la Pontificia Universidad Católica del Perú, explica que el teatro y el ambiente que este genera, son herramientas bastante buenas para las relaciones interculturales. Utiliza tanto el pensamiento racional como el metafórico y sensible en su relación. Por lo tanto permite que lo que se quiere expresar tenga mayor receptividad. Asimismo, desarrolla distintos lenguajes como el oral, el corporal, el visual, el sonoro y el espacial.

Cabe indicar que el autor, señala que en el proceso de ensayos y creación de un espectáculo afloran ideas, sensaciones que de otra manera seguirían ocultas. De esta manera, durante las presentaciones, la comunicación con el espectador es directa y muy fácil dando lugar a que el mensaje que se quiere dar tenga más posibilidades de llegar a su destino

Colqui (2013) en la tesis titulada *“El teatro como técnica en la comunicación asertiva en estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la institución educativa “José Faustino Sánchez Carrión”*, para optar el título profesional de licenciados en Pedagogía y Humanidades, en la especialidad de Español y Literatura de la Universidad Nacional del Centro del Perú-Huancayo, en donde concluye que el teatro como técnica influye eficazmente en la comunicación asertiva, logrando así que los jóvenes puedan comunicar sus ideas, pensamientos y sentimientos de manera oportuna, directa, positiva y honesta, dejando atrás la agresividad y pasividad.



## - INTERNACIONAL

Cruz (2014) en el artículo de investigación “*Comunicación y teatro. El juego teatral como herramienta para el tratamiento de dificultades lingüísticas en alumnos de primaria*” explica que el objetivo ha sido el diseño de una intervención donde el teatro es el eje fundamental para desarrollar competencias sociales, comunicativas y afectivas. Concluye que los alumnos han encontrado una herramienta útil para su vida personal que les permita encontrar otras vías de comunicación. Añade, que se ha abierto una importante puerta al trabajo diferente, atractivo, creativo e innovador con alumnos, desde un punto inclusivo.

Alfaro (2007) en la tesis titulada “Teatro Comunitario como Proceso de Transformación Social” para optar el título de Licenciada en Trabajo Social en la Universidad Tecnológica Metropolitana de la Facultad de Humanidades y Tecnologías de la Comunicación Social, Santiago – Chile en donde explica que solo en la medida que dejemos de ver la cultura como una dimensión más y pasemos a considerarla como la base del desarrollo social será posible activar el tejido social, potenciar la participación ciudadana, motivar las bases a ser dueños de su historia y no replicadores de procesos y explica que el teatro comunitario se muestra como una herramienta real para lograr un Proceso de Transformación Social, concluyendo que en los contextos donde se desenvuelven estas experiencias las comunidades comenzaran a tomar un color distinto, un movimiento en torno a lo artístico – cultural, que las distingue positivamente y en oposición a la estigmatización en que estas podrían encontrarse envueltas, por lo que también transforma la mirada de quienes no habitan la comunidad, además de otorgar una nueva identidad a la colectividad.

Llanos (2006) en la tesis titulada “Efectos de un Programa de Enseñanza en Habilidades Sociales” para optar el título de Doctora del Departamento de Psicología



Evolutiva y de la Educación de la Facultad de Ciencias de la Educación – Granada, explica que las habilidades sociales son aspectos concretos de las relaciones interpersonales y la capacidad de poder relacionarse con los adultos y los iguales de manera gratificante y mutuamente satisfactoria , en la cual la empatía y la capacidad de adecuarse a distintos contextos juegan un papel importante, concluye explicando que la teoría y la práctica son dos elementos indisolubles.

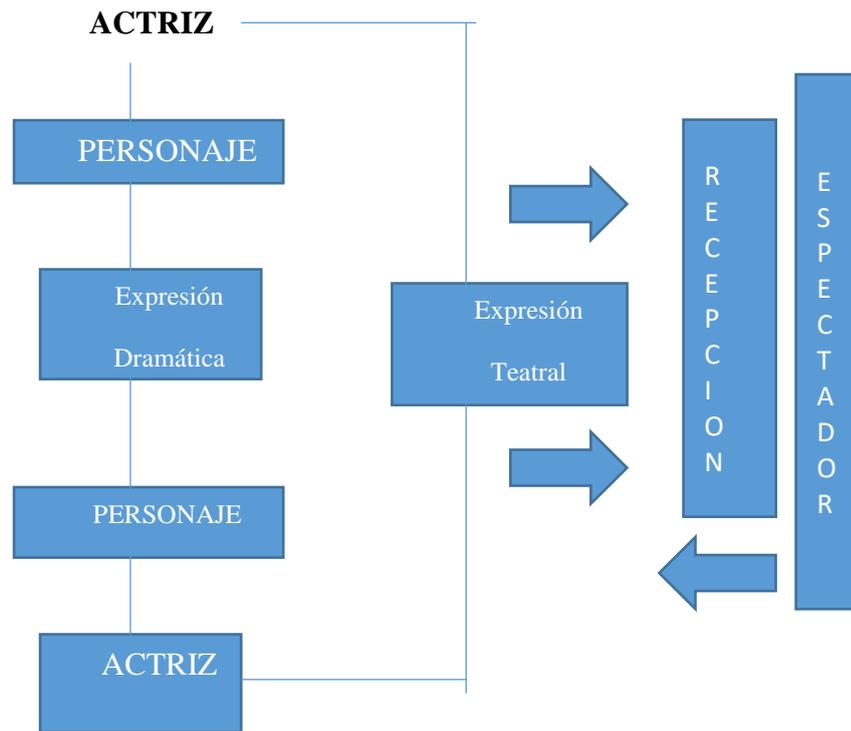
## **2.2. MARCO TEÓRICO**

### **2.2.1. Comunicación teatral**

La comunicación es una palabra que designa una actividad humana, y por tanto tiene un significado y una finalidad. Sin embargo, dependerá de la cultura y de la persona que lo utiliza. Vieites, (2016). Menciona que la comunicación implica, en efecto es una relación mutua y consciente por parte de cuantos participan en ella.

Bajo esta consideración, la comunicación es considerada por Berenguer (1958) Un fenómeno transaccional en que se influyen o afectan recíproca y mutuamente los miembros integrantes y estos se convierten en el fenómeno fundamental de relación de la existencia humana. Sin la comunicación no existirían los grupos humanos, ni las sociedades, no podríamos compartir nuestras experiencias.

Entonces, la comunicación remodela algunas actividades cognitivas fundamentales poniendo en juego el lenguaje, la sensibilidad, el conocimiento, la creatividad y la imaginación inventiva.



**Figura 1:** Niveles de expresión y comunicación. Vieities (2016)

El espectáculo teatral se concibe como un intento de comunicación humana global, en el que se concitan diversas técnicas artísticas, todas ellas transformables por su empleo en esta fórmula colectiva y adaptadas al servicio preciso que se espera de ellas en un proyecto que las supera.

La imagen, el texto, la presencia viva del actor, el carácter único de la representación y el público colectivo, tan presente a pesar de su oscuridad constituyen elementos diferenciables.

Estos poseen sus propias reglas y se articulan como un conjunto cuyo objetivo último es conseguir comunicar una experiencia vital (externa o interna) tan compleja en su propia identidad como en su presentación. Vieities, (2016) explica que utiliza el sintagma “comunicación teatral” para agrupar todos los tipos y niveles en que la comunicación y



teatro se vinculan, la comunicación dramática y la escénica se integran y presentan dos momentos diferenciados: El primero es un proceso que lleva a la construcción de un artefacto cultural que se define como espectáculo y el segundo, el proceso por medio del cual ese artefacto se sitúa en la esfera pública y pasa a tener una dimensión histórica

### 2.2.2. Teatro

La condición del “artista comunicador” es en esencia, un profesional de las artes escénicas y por lo tanto, un especialista en comunicación. Sarasons (2002) explica que el teatro es un acto de comunicación que opera en diferentes niveles e implica diversos emisores y receptores; en tanto, una representación es un producto final, altamente organizado de un proceso y de una organización compleja.

La revista “Las puertas del drama”, creada por la asociación de autores de teatro, ofrece distintos conceptos del teatro en el cual se destaca el porqué de la necesidad del teatro y señala que el teatro nace de la necesidad que tiene una sociedad o colectivo de personas para expresarse a sí misma. La expresión dramática se completa cuando otorga a la comunidad un medio de expresión propia.

En el teatro, se piensa, se siente, se habla como el otro, se vive como el otro. La capacidad de ponerse en el lugar del otro permite identificarse con el otro y de este modo hacer que la experiencia individual trascienda y se convierta en experiencia social: Ese es el origen del juego dramático, se juega a ser otros, entonces, se crea la dinámica surgida del reciclaje de las experiencias personales (individuales y colectivas). Cuando se crea un universo de ficción llamado teatro, permite mediante su representación, observar la realidad, reflexionar sobre la realidad, sin que la realidad acuda.

Santiago (2007) explica ¿Qué es finalmente el teatro sino unas pocas personas que hablan en voz alta y una multitud silenciosa? Son pocos los que gritan pero son muchos



los que escuchan en silencio, El teatro es ese lugar donde la gente va a recordar y no a olvidar ¿a recordar que? A, recordar simplemente quienes somos, que nos aguarda .Porque una de las cosas extraordinarias del teatro es que en un mundo donde tenemos la sospecha de que el hombre se ha olvidado de escuchar, muchas personas acuden precisamente a escuchar ¿A escuchar qué? Cuentos, ficciones pero ¿Es ficción la ficción? En algún lugar dice Vargas Llosa, que aunque nuestras historias siempre mienten y no pueden hacer otra cosa, lo cierto es que mintiendo expresan una verdad que solo puede presentarse encubierta, disfrazada. No se escribe solo para contar la vida si no también para transformarla. (p.7).

### 2.2.3. Habilidades sociales

Cuando se habla de habilidad, se está considerando el tener o no ciertas destrezas. Al hablar de habilidades sociales, la referencia es a todas las destrezas relacionadas con la conducta social en sus múltiples manifestaciones. Dongil (2014), explica que las habilidades sociales se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas, de forma tal que consigamos un máximo beneficio y un mínimo de consecuencias negativas.

En relación a la conducta social, la competencia social no es un rasgo de la personalidad, sino un conjunto de respuestas específicas asociadas a determinadas clases de estímulos que son adquiridas mediante procesos de aprendizaje. Caballo (1986) explica que la conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de comportamientos emitidos por un individuo en un contexto interpersonal que expresan sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de un modo adecuado a la situación respetando la



conducta de los demás con la finalidad de resolver los problemas inmediatos y minimizar, al mismo tiempo, las probabilidades de futuros problemas.

Así, hay personas que poseen buenas habilidades sociales pero tienen alguna dificultad específica. Por ejemplo: Una persona puede presentarse, adecuadamente, ante un grupo de personas, asistir a una fiesta, conseguir amigos con facilidad, solicitar favores. Sin embargo, esta persona aún con estas habilidades puede tener limitaciones para manifestar al otro aquello que le molesta o actitudes que dañan sus derechos y sentimientos.

Es aquí donde se encuentra la misión espiritual del hombre: enseñar la comprensión entre las personas como condición y garantía de la solidaridad intelectual y moral de la humanidad. Morín (2003) lleva a pensar que es posible crear la caja de resonancia que transforma al estudiante que pertenece al grupo teatral Chaska Ñawi en comunicador y le permite descubrir y celebrar –al comunicarla– la proyección social de sus propias ideas; es decir, adquirir conciencia de su propio valía”

Cuando los jóvenes y señoritas se ven envueltos en el público y al finalizar la gente reconoce su trabajo, entre ellos mismos reconocen sus mejoras y cada uno ve su avance y empiezan a corregirse ellos mismos, Freinet (1975). Equivale a tomar conciencia de su propio valer es la caja de resonancia que permite aportar en el desarrollo y formación de la persona con una visión crítica y capaz de comprender a los otros al realizar estos ejercicios van descubriendo la esencia de su ser, de su herencia cultural y su entorno, al conocerse está preparado para ir integrando nuevas experiencias



#### 2.2.4. Componentes de las habilidades sociales

##### - Componentes Básicos

Las habilidades Sociales son comportamientos donde se dan cita dos componentes principales; los componentes “verbales” y los “no verbales”, estos dos componentes contribuyen al proceso de interacción social.

##### **a) Comunicación no verbal:**

Este componente presenta dificultad en su control, ya que se puede estar sin hablar, pero se seguirá emitiendo mensajes, y de este modo aportando información de uno mismo.

La comunicación no verbal sirve para enfatizar un discurso permitiendo reemplazar palabras, por ejemplo una mirada puede significar aceptación o rechazo. Dentro de la comunicación no verbal están los siguientes elementos: expresión facial, mirada, sonrisa, postura corporal, gestos y apariencia personal.

##### **b) Componentes Verbales**

La palabra hablada es la herramienta por excelencia que se utiliza para interactuar con los demás. Ballesteros y Gil (2002) postulan, que la persona competente es aquella que habla aproximadamente el 50% en una conversación; que da retroalimentación y que realiza preguntas como muestra de interés.

#### 2.2.5 Dimensiones que forman las habilidades sociales-

Según Caballo (1986), existen algunos aspectos importantes dentro de las habilidades sociales, las cuales son las siguientes:

**a) El establecimiento de relaciones sociales:** El no estar familiarizado con las formas habituales de iniciar relaciones y con las variaciones que se pueden dar dentro de esta, constituye algo que elimina toda posibilidad de generar amistad. Es importante a la hora



de establecer buenas relaciones interpersonales tomar en cuenta: La iniciación, el mantenimiento y la terminación de la conversación, las cuales deben darse de manera adecuada tomando en cuenta el contexto, la situación material, etc. También es importante las estrategias para mantener una conversación y el tiempo para escuchar.

**b) Hacer y recibir cumplidos:** Los cumplidos son conductas verbales específicas que resaltan características positivas de una persona. Estos sirven como reforzadores sociales y ayudan a hacer más agradable la interacción social.

**c) Hacer y rechazar peticiones:** Muchas personas sienten vergüenza al pedir algo que les interese o que les sea útil, en pocas palabras les cuesta pedir un favor, mientras que otros sujetos no pueden dar la negativa a una petición de favor, aunque estos no deseen hacerlo. El hacer peticiones incluye el pedir favores, pedir ayuda, pedir a la otra persona que cambie su conducta y esto debe realizarse sin dañar o violar el derecho de los demás.

**d) Expresión de desagrado, molestia y disgusto:** Todas las personas tienen derecho a vivir de manera agradable y feliz. Si algo que hace otra persona disminuye esta probabilidad, la persona tiene derecho a hacer algo al respecto. Es decir se trata de comunicar lo que el individuo siente de una manera asertiva, de esta forma se puede o no cambiar la situación, esto sirve para que la otra persona pueda demostrar lo que le disgusta.

**e) Afrontar las críticas:** Toda persona es criticada por lo menos unas cuantas veces en su vida. La manera de afrontar las críticas determina la calidad de relacionarse con las demás personas. Caballo (1993). Afirma que, cuando se recibe una crítica, la conducta más adecuada consiste en dejar que la crítica siga su curso sin añadir información a lo que se está diciendo, después de que la crítica haya finalizado, la persona afectada debe



expresar lo que desee. Si se está equivocado no se debe hacer nada, pero si la persona criticada tiene la razón, esta debe defenderse después de escuchar la crítica.

**f) Procedimientos defensivos:** Los procedimientos defensivos son aquellos que interrumpen un patrón de interacción destructivo e injusto, reemplazándolo por una comunicación justa y mutuamente respetuosa.

**g) Defensa de los derechos:** Expresar los derechos es importante cuando nuestros derechos son ignorados o violados.

**h) Expresión de opiniones personales:** El ser humano tiene derecho a expresar sus opiniones personales de forma adecuada, sin forzar a que las demás personas acepten lo que dicen.

**i) Expresión de amor, agrado y afecto:** Se deben de expresar de manera adecuada, sentimientos de amor, afecto y agrado hacia aquellas personas por las que se tiene estos sentimientos. Para muchas personas el oír, o el recibir este tipo de expresiones constituyen una interacción agradable y significativa, a la vez que fortalece las relaciones interpersonales.

#### 2.2.6. Adquisición de las habilidades sociales:

Lo elemental en el comportamiento humano es por el ambiente que los rodea, ya que este proporciona, la mayor parte de los aprendizajes, por lo que se pretende decir que la conducta social y por ende las habilidades sociales se aprenden. Ballesteros y Gil, (2010), mencionan que los seres humanos no nacen alegres, tristes o molestos, si no que a lo largo de la vida van aprendiendo a comportarse de determinada manera. La exposición a situaciones sociales nuevas, facilitan la adquisición de habilidades sociales y disminuyen los temores sociales iniciales. De esta forma el aprendizaje de socialización se puede dar de diferentes formas.



- a) Aprendizaje por propia experiencia/conducta:** Las personas aprenden por su propia vivencia, a través de lo que dicen, hacen y piensan. Este tipo de aprendizaje puede estar determinado por la respuesta que da el entorno hacia esa conducta.
- b) Aprendizaje por observación de la conducta de los demás:** Las personas aprenden conductas de relación como resultado de exposición ante modelos significativos, los modelos a las que las personas están expuestas desde la niñez son variados.
- c) Aprendizaje verbal o instruccional:** El sujeto aprende a través de lo que le dicen. Estas instrucciones suelen ser de manera informal en el ámbito familiar; sin embargo en la escuela suelen ser directas y sistemáticas.
- d) Aprendizaje por retroalimentación interpersonal:** Este tipo de aprendizaje hace referencia a la respuesta que pueden dar los demás a una conducta que realiza el niño u otro individuo, y el niño aprende a realizarla por el refuerzo social que ha visto que recibe esa conducta.

Maturana y Bloch, (1985) afirma: “lo que se puede manipular, lo que se puede y no se puede pensar, qué argumentos racionales se pueden aceptar y que argumentos racionales no se aceptarían en ningún caso”, (p.355).

La razón no guía el hacer de la vida cotidiana sino las emociones. Todas las acciones que un ser humano puede desarrollar en un momento determinado de su vida están determinadas por las emociones, por cuanto las emociones reorientan el espacio psíquico relacional que se vive en cada momento.

Maturana (2002), “... son nuestros deseos, preferencias, ambiciones y miedos, lo que determina nuestro argumentar racional al determinar, de manera consciente o



inconsciente en cada momento de nuestro reflexionar, que aceptamos premisas a priori como fundamento de nuestro razonar cuando explicamos nuestro actuar” (p.141).

Los seres humanos actúan, siempre, de manera subconsciente o consciente, haciendo lo que se quiera hacer desde sus deseos, ambiciones, intereses, envidias, preferencias y miedos, aunque afirme que se hace lo que no se quiere hacer desde alguna argumentación racional. En este sentido, afirma:

#### 2.2.7. Habilidades relacionadas con los sentimientos

Estas habilidades están relacionadas con la inteligencia intrapersonal, ya que se tiene que mirar dentro de uno mismo. De las señales que utiliza la gente para expresar y comunicar emociones y sentimientos, la comunicación verbal también tiene su importancia a la hora de investigar la expresión de las emociones, ya que el lenguaje también conecta mente y cuerpo. Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (2002), mencionan que es la habilidad para concebir los sentimientos de los demás, reside en ponerse en el lugar del otro siendo empáticos y responder con acierto a sus necesidades emocionales por las cuales estén pasando. Por tanto, el desarrollo de estas habilidades permite a las personas enfrentar cualquier tipo de obligación cuando tenga que interactuar en grupos, influir en las personas, y en los sistemas, e inspirar confianza en los demás. En ese orden de ideas, las habilidades relacionadas con los sentimientos implican intercambiar ideas con otras personas, guiar, dirigir, relacionarse con empatía. Un sistema conceptual particular, como el funcionamiento cognitivo, puede determinar la experiencia y el comportamiento de las personas. (Sapir, 1991). Menciona que el sentir, reflexionar, identificar y hablar o escribir, son procesos interrelacionados y muestran cómo los sentimientos se unen al lenguaje. Maturana (2002) afirma que toda acción depende de una emoción. Si se quiere conocer cómo va a actuar una persona en un momento



determinado se debe identificar las emociones en las que fluye, por cuanto las emociones determinan las acciones e incluso influyen en la configuración cognitiva del ser humano. Por ejemplo, los efectos de las emociones sobre la inteligencia humana varían. No existen conductas o expresiones únicas a cada afecto. No existe una sola forma correcta de expresión. Hay variadas y diferentes maneras de manifestarlas, según el estilo de cada uno. Lo importante es que en el proceso de expresar lo que se siente, especialmente emociones, como la rabia, se haga sin dañar a los demás.

#### 2.2.8. Habilidades alternativas

Las habilidades alternativas a la agresión, permiten aprender a afrontar conflictos interpersonales, armonizando sus derechos con los de los demás, en busca del bien común. Goldstein, (2002), menciona que las habilidades sociales permiten reducir la agresión, incluyen conductas como el pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas y no entrar en peleas. Una vez que se aprende a descubrir sus emociones hostiles podrán también regularlas y elegir la manera de proceder, reflexionar acerca de los resultados positivas de sus acciones, permitirle errar y adelantarse a los hechos. Baumeister (1999). Menciona que históricamente el autocontrol ha sido visto como una virtud maestra que hace posible todas las demás virtudes, clave del éxito adaptativo y aspecto central para el comportamiento virtuoso. Ha tenido modificaciones en su definición a lo largo del tiempo; por ejemplo, fue entendido como parte de la teoría de la autorregulación, constituida por cuatro dominios: control de los pensamientos, emociones, impulsos y rendimiento. El control de pensamientos hace referencia a la autorregulación de la concentración, razonamiento, inferencia y supresión de pensamientos no deseados.



Esta habilidad servirá para solucionar los problemas evitando las peleas, los gritos, las voces. Si se conoce esta habilidad se aprenderá a defenderse sin usar la violencia. Es muy importante no entrar en peleas, evitándolas e impidiendo que otros se peleen. Pelearse no es la mejor manera de conseguir lo que se quiere. Muchas veces es inevitable tener problemas con los demás, porque sus comportamientos hacen daño; en este caso, la respuesta más adecuada es el diálogo, como una solución razonable.

#### 2.2.9. Habilidades para hacer frente al estrés

Este término ha sido muy utilizado tanto por los profesionales de ciencias de la salud como de otros ámbitos, así como también en el lenguaje coloquial. Sin embargo aún existe una gran controversia sobre su definición. Selye (1973) introdujo el concepto de estrés en el ámbito de la salud, para este autor era la causa común de muchas enfermedades.

En general, el estrés ha sido conceptualizado de tres maneras:

##### 1.- Como un conjunto de estímulos:

Existen algunas condiciones ambientales que nos producen sentimientos de tensión y/o se perciben como amenazantes o peligrosas. Estas se denominan estresores. Así pues, el estrés se define como una característica del ambiente (estímulo), hablándose de estrés laboral, estrés de los estudios, etc. (Cannon, 1932). Menciona que la idea de estrés es como una estimulación nociva que recibe un organismo se relaciona fácilmente con la enfermedad, la salud y el bienestar. Ya que al estar estresados afecta nuestro sistema inmunológico.

##### 2.- Como una respuesta.

Esta respuesta se entiende como un estado de tensión que tiene dos componentes: el psicológico (conducta, pensamientos y emociones emitidos por el sujeto) y el fisiológico



(activación corporal). (Selye, 1960) este enfoque se centra en cómo reaccionan las personas ante los estresores.

3.- Como un proceso que incorpora tanto los estresores como las respuestas a los mismos y además añade la interacción entre la persona y el ambiente.

El estrés forma parte de nuestra vida cotidiana, lo hemos experimentado en diversidad de ocasiones, ya sea soportando frenéticas discusiones laborales o familiares, llevando a cabo una charla en público o examinándonos para obtener el permiso de conducir. Quizás lo hayamos manifestado de otra forma, con otros términos: nerviosismo, ansiedad, miedo o tensión. Sea como sea, nos estamos refiriendo al estrés que puede acontecer en infinidad de situaciones. En contra de lo que muchos puedan pensar, el estrés es necesario para la supervivencia, puesto que nos ayuda a adaptarnos a circunstancias nuevas o adversas. (Lazarus, 2000). Esta transacción supone una influencia recíproca entre la persona y el medio. El determinante crítico del estrés es cómo la persona percibe y responde a diferentes acontecimientos. El estrés acontece cuando una persona interpreta una situación determinada como poco deseable o amenazante, y piensa que no tiene suficientes recursos para hacerle frente. Aunque indiscutiblemente hay acontecimientos muy desfavorables, ante los cuales la mayoría de nosotros sufriríamos estrés. La muerte de un ser querido, un accidente de circulación o presenciar un incendio son algunos ejemplos de ello. Sin lugar a dudas, se trata de hechos eminentemente indeseables y amenazantes. Aun así, la respuesta de todos nosotros no será de la misma intensidad, algunos mostrarán una reacción extrema; en cambio, otros responderán con mayor serenidad. No reaccionamos todos igual ante la misma situación de peligro, dado que cada persona entiende los sucesos de forma distinta, atribuyéndoles un mayor o menor grado de amenaza.



### 2.3. MARCO CONCEPTUAL

**Agresión:** Carrasco (2006). La conducta agresiva es un comportamiento básico y primario en la actividad de los seres vivos, que está presente en la totalidad del reino animal. (p.8)

**Confianza:** Herreros (2003). La confianza generalizada se define como confianza en desconocidos. Es un juicio moral que lleva a los individuos a pensar las bondades del capital social. (p.152)

**Conducta:** Roca (2007). Es la acción que un individuo ejecuta y al mismo tiempo es la relación que se establece entre elementos de una asociación. (p.5).

**Control Emocional:** García (2011). Las emociones predisponen a los individuos a una respuesta organizada en calidad de valoración primaria, esta respuesta puede llegar a ser controlada como producto de una educación emocional, lo que significa poder ejercer control sobre la conducta que se manifiesta. (p. 3)

**Estrés:** Berrio (2011). El estrés se define como como una reacción de actividad fisiológica, emocional, cognitiva y conductual antes estímulos. (p.7)

**Emoción:** Barrera (2009). Percepción de los elementos y relaciones de la realidad o la imaginación que se expresa físicamente, mediante alguna función fisiológica. .Son expresiones directas de orden superior de biorregulación en organismos complejos, estos términos aluden a la relación entre el organismo y los aspectos mas complejos de un ambiente: sociedad y cultura (p.3)

**Empatía:** Fernández (2008) Intención de comprender los sentimientos y emociones, intentando experimentar de forma objetiva y racional lo que siente otro individuo. Está estrechamente relacionada al altruismo, al amor y preocupación por los demás.(p.296)



**Habilidades Sociales:** Tapia (2017). La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por ese individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación. (p.134).

**Inteligencia Emocional:** Dánvila (2010). Es la capacidad para percibir, valorar y expresar emociones propias y ajenas, reflejadas en el concepto de inteligencia emocional, tiene un alto impacto en los logros personales. Es la capacidad de entender y manejar a los hombres y mujeres, niños y niñas, para actuar sabiamente en las relaciones humanas.(p.108)

**Interculturalidad:** Touriñan (2018) Relaciones de intercambios y comunicación igualitaria entre grupos culturales diferentes a criterios como etnia, religión, lengua o nacionalidad, entre otros. (p.101)

**Interpersonal:** Grossetti (2009). Se llama relación interpersonal a la interacción recíproca que mantienen dos o más individuos. Estos vínculos están sujetos a las instituciones, leyes y costumbres que rigen en la sociedad. La comunicación es la base de las relaciones interpersonales. Mediante un proceso comunicativo, los seres humanos comparten información al intercambiar mensajes, que cada sujeto debe decodificar para comprenderlo. (p.47).

**Oralidad:** Peppino (2005). La memoria oral como la verbalización de la memoria individual o colectiva en su forma individual o en su forma colectiva en su forma primordial pero referida a una selección de recuerdos de experiencias pasadas, para formular una narrativa histórica acerca de su trayectoria. (p.7)



**Sentimiento:** Bolaños (2015).Una sociedad históricamente localizada impone al individuo un uso riguroso de sus emociones, sus afectos y su cuerpo. Existe correspondencia entre la estructura social y la estructura emotiva individual. De ahí que las acciones de los individuos no responden de manera exclusiva a sus voluntades, sino a la red de dependencias en la cual se encuentran inscritos. (p.5)

**Teatro:** Mendoza (2017)Ese arte que no fue hecho para ser arte, que no tiene una preocupación vital por alcanzar una forma que lo defina, por más que se quiera englobar en un formato, forma, técnica de hacer, es un arte viejo, primitivo, arcaico, que se desvive por desaparecer.(p.3).



## CAPÍTULO III

### MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La presente investigación tuvo como lugar de experimentación dos instituciones de la ciudad de Puno, la primera fue el Centro Cultural Peruano Norteamericano ubicado en Jr.Luis N.Chevarría- 128, quienes nos brindaron la galería para poner en práctica los talleres de teatro. La segunda institución fue La Universidad Privada San Carlos, con quien se firmó un convenio y utilizamos el auditorio y los salones que nos pusieron a disposición.

#### 3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

El periodo de duración del presente estudio fue de 1 año, siendo los talleres 2 días la semana (sábados y domingos de 10:00am a 2:00pm) a través de los cuales los jóvenes adquieren el conocimiento sobre teatro. Es decir, reciben una visión del medio como objeto de estudio y además, los talleres se convierten en herramientas de aprendizaje

#### 3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

El material utilizado fue auspiciado por las instituciones con las cuales se tuvo algún convenio (Centro Cultural Peruano Norteamericano y Universidad Privada San Carlos), y en otros casos fue auspiciado por la tesista.

#### 3.4. GRUPOS

##### 3.4.1. Grupo control

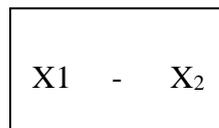
Se trabajó con un pre test y un post test; este grupo se constituyó de 15 personas cada uno, cuyas edades fluctuaban entre 17 y 22 años, procedentes de universidades de la ciudad de Puno. Se trabajo con un grupo el cual no tenía habilidades sociales trabajadas, al igual que el grupo experimental.



El rango de edades elegido corresponde a jóvenes universitarios que se encuentran cursando los primeros semestres universitarios, especificando desde primer semestre hasta cuarto semestre.

El grupo control del presente estudio constituyó, el conjunto de persona las cuales tenían habilidades sociales medias a bajas. Al grupo control se le hizo un pre test y finalizando los talleres un post test.

Se aplicó un pre test y post test al grupo control, Se eligió al grupo control por el hecho de que los involucrados en este grupo botaron un resultado positivo dándonos un resultado de habilidades sociales de medias a altas , igualmente no se les brindo los talleres de teatro durante un año como si se hizo con el grupo experimental . El diseño del grupo control se basó en el siguiente modelo:



X<sub>1</sub>= PRE TEST

- = No hubo transcurso del Taller

X<sub>2</sub> =POST TEST

### 3.4.2. Grupo experimental

Se trabajó con un pre test y un post test; este grupo se constituyó de 15 personas cada uno, cuyas edades fluctuaban entre 17 y 22 años, procedentes de universidades de la ciudad de Puno. Se trabajó con un grupo el cual no tenía habilidades sociales trabajadas, al igual que el grupo control.

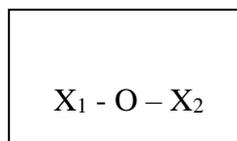


El rango de edades elegido corresponde a jóvenes universitarios que se encuentran cursando los primeros semestres universitarios, especificando desde primer semestre hasta cuarto semestre.

El segundo grupo de personas, que vendría a ser el grupo experimental tenía, como particularidad, que nunca hicieron teatro y no tenían las habilidades sociales desarrolladas.

Se aplicó un pre test al grupo experimental, antes de iniciar los talleres para tener una noción sobre cómo han empezado y cómo tenían trabajadas sus habilidades sociales, ya que este grupo nunca hizo teatro; igualmente, se le aplicó un post test al grupo control, después de haber finalizado los talleres que tuvieron la duración de un año con la finalidad de constatar los cambios producidos en este grupo.

Se siguió el siguiente modelo:



$X_1$ = PRE TEST

O= TRANSCURSO DEL TALLER

$X_2$ = POST TEST

La calificación consistió en un procedimiento simple y directo que se vio facilitada por la estimación que hizo el sujeto de su grado de competencia o deficiencia en que usa las habilidades sociales, comprendidas en la lista de chequeo, el cual indicó un valor cuantitativo.



La puntuación máxima a obtener en un ítem fue 5 y el valor mínimo 1. Es posible obtener los siguientes puntajes de medidas de uso competente o deficiente de las habilidades sociales al usar la escala. El puntaje total que varía en función al número de ítems que responde el sujeto en cada valor de 1 a 5 es como mínimo 28 y como máximo 140 puntos.

### 3.5 ELABORACIÓN DE TALLERES

Para la presente investigación se hicieron talleres de teatro, ejecutados en el grupo experimental, dichas áreas se dividieron en cuatro dimensiones que son:

**-Espontaneidad:** Explora sus reacciones en situaciones diversas e inesperadas. En la presente investigación, se entrenó a los participantes en situaciones imaginarias que pueden ocurrir en la realidad o no, situaciones en las que debían de resolver algún problema, estas situaciones los obligaba a responder de manera espontánea y cada vez era más difícil de poder reaccionar, ya que los niveles iban subiendo, luego pusimos una serie de situaciones que los integrantes no pasaron y ver como reaccionaban ante algo nuevo, de esta forma se amplió su receptividad tanto para el trabajo individual como grupal, adquirieron una mayor fluidez de pensamiento y se volvieron más adaptables y flexibles a situaciones cotidianas.

**-Interrelación social:** Adquiere desarrollo intrapersonal e interpersonal, es aquí donde los integrantes se empezaron a realizar como seres humanos, ya que si una persona no se puede interrelacionar pierde su calidad de vida, ya que por el hecho de ser seres humanos no podemos alcanzar el máximo en soledad, la interrelación social es necesaria para el bienestar psicológico, sirve para satisfacer otras necesidades del hombre, el entrenamiento de las habilidades sociales a través del teatro para ver la reacción de los integrantes ante las adversidades, fracasos y frustraciones. Los integrantes se enfocaron en responder preguntas personales subiendo por niveles, al tener mayor grado de



confianza, empezaron a avalorarse a si mismos como personas y por ende a trabajar en grupo.

**-Elabora Estrategias:** Estructura un procedimiento con el cual puede resolver un problema, en los talleres las estrategias, siempre eran conscientes. Al inicio se trabajó con dinámicas y ejercicios dramáticos, luego buscar posibles respuestas, de igual forma se hicieron ejercicios para incentivar su originalidad, la mayoría de ejercicios plantearon problemas, en los cuales los integrantes debían elaborar estrategias para llegar a un resultado.

**- Toma de riesgos:** Esta dispuesto a tomar riesgos, a esto nos referimos que los integrantes actuaron con decisión, ante algunas situaciones que requieren el perder el miedo.



## TALLER N°1: MOTIVACIÓN

**Tabla 1:** Taller de motivación

<b>DESTREZA</b>	
El integrante muestra motivación hacia la acción	
<b>CONTENIDOS</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
- Relajación	- Demuestra disposición para la acción
	- Genera un comportamiento
	- Se compromete con los ejercicios
- Motivación	- Muestra concentración en el trabajo
<b>PROCEDIMIENTOS:</b>	
- Aprende acerca de la motivación	
- Comprende el significado de relajación	
- Aprende a usar su espacio	- Participa activamente con el equipo
- Aprende a relacionarse en su contexto	
- Comprende la necesidad de tener un objetivo.	
<b>ACTITUDES:</b>	
- Entusiasmo	- Los talleres generan diversión
	- Empieza a expresar su opinión
- Vitalidad	- Empieza a proponerse el/la mismo

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



**Tabla 2:** Taller de Receptividad

<b>DESTREZA</b>	
Receptividad del trabajo hecho en los talleres	
<b>CONTENIDOS</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Receptividad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se muestra atraído/a hacia las indicaciones de quien dirige el taller</li> <li>- Empieza a expresar con el cuerpo</li> <li>- Empieza a trabajar en grupo</li> </ul>
<b>PROCEDIMIENTOS:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muestra concentración</li> <li>- Aprende a usar su espacio</li> <li>- Aprende a relacionarse en su contexto</li> <li>- Comprende la necesidad de tener un objetivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente con el equipo</li> </ul>
<b>ACTITUDES:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entusiasmo</li> <li>- Vitalidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los talleres generan diversión</li> <li>- Empieza a expresar su opinión</li> <li>- Empieza a proponerse el/la mismo</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 3 :**Taller para generar fluidez de pensamiento

<b>DESTREZA</b>	
Genera fluidez de pensamiento	
<b>CONTENIDOS</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensamiento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora de su fluidez en público</li> <li>- Estado emocional equilibrado</li> <li>- Control de voz</li> </ul>
<b>PROCEDIMIENTOS:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona palabras y acciones</li> <li>- Aprende sobre la fluidez de pensamiento</li> <li>- Muestra concentración</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente con el equipo</li> </ul>
<b>ACTITUDES:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entusiasmo</li> <li>- Vitalidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los talleres generan diversión</li> <li>- Empieza a expresar su opinión</li> <li>- Empieza a proponerse el/la mismo</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



**Tabla 4:** Facilidad ante nuevas situaciones

<b>DESTREZA</b>	
Se acomoda con facilidad a nuevas situaciones	
<b>CONTENIDOS</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Flexibilidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empieza a trabajar en grupo</li> <li>- Genera ideas</li> <li>- Reflexiona sobre las nuevas situaciones</li> </ul>
<b>PROCEDIMIENTOS:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprende el concepto de adaptación</li> <li>- Es flexible ante nuevas situaciones</li> <li>- Está atento a cambios</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente con el equipo</li> </ul>
<b>ACTITUDES:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entusiasmo</li> <li>- Atención</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empieza a expresar su opinión</li> <li>- Empieza a proponerse el/la mismo</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 5:** Generar confianza en uno mismo

<b>DESTREZA</b>	
Genera confianza en sí mismo	
<b>CONTENIDOS</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desinhibición</li> <li>- Confianza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empieza a desenvolverse en su contexto</li> <li>- Hace contacto físico con los demás integrantes</li> <li>- Mejora su expresión corporal</li> </ul>
<b>PROCEDIMIENTOS:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprende lo que es desinhibición</li> <li>- Aprende a tener confianza</li> <li>- Expresa libertad</li> <li>- Empieza a confiar en sus compañeros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participa activamente con el equipo</li> </ul>
<b>ACTITUDES:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entusiasmo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empieza a expresar su opinión</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada.

**Tabla 6 :** Escuchar al compañero

<b>DESTREZA</b>	
Escucha a su compañero	
<b>CONTENIDOS</b>	<b>INDICADORES DE LOGRO</b>
- Comunicación	- Toma en cuenta la propuesta de su compañero
- Expresión	- Demuestra tolerancia
	- Respeto el trabajo de los demás
<b>PROCEDIMIENTOS:</b>	
- Comprende a su compañero y aprende a escuchar	- Participa activamente con el equipo
- Expresa libertad	
<b>ACTITUDES:</b>	
- Entusiasmo	- Empieza a expresar su opinión
- Atención	- Empieza a proponerse el/la mismo

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

### 3.6. DISEÑO ESTADÍSTICO

#### 3.6.1. Tipo de investigación

Pertenece a un tipo de investigación cuasi experimental Carrasco (2006) la defina de la siguiente manera. Esta investigación se distingue por tener propósitos prácticos inmediatos bien definidos, es decir, se investiga para actuar, transformar, modificar o producir cambios en un determinado sector de la realidad.

#### 3.6.2. Método de investigación

El método de investigación es cuantitativo “Enfoque cuantitativo: usa la recolección de datos para probar la hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Hernández, Fernández Baptista, 2010. p.4)

### 3.6.3. Diseño de investigación

Corresponde a un diseño cuasi experimental, el cual consiste en manipular intencionalmente la variable independiente y medir el efecto de la variable independiente sobre la variable dependiente (Hernandez Sampieri 2010).

Es un diseño que utiliza pre-prueba - post-prueba y grupos intactos (uno de ellos es el control), porque se trabaja con dos grupos uno el control y el otro el experimental. A ambos grupos se le aplica previamente una pre-prueba, la cual puede servir para verificar la equivalencia inicial de los grupos (si son equiparables no debe haber diferencias significativas entre las pre-pruebas de los grupos. Luego uno recibe el tratamiento experimental (grupo experimental y el otro no (grupo control). Finalmente los grupos son comparados en la post prueba para analizar si el tratamiento experimental tuvo un efecto sobre la variable dependiente (pág. 143).

El esquema que corresponde a la presente investigación de diseño cuasi experimental con pre prueba - post prueba y grupos intactos es el siguiente.

<b>G1</b>	<b>O1</b>	<b>X</b>	<b>O3</b>
<b>G2</b>	<b>O3</b>	<b>-</b>	<b>O4</b>

**DONDE:**

G1= Grupo Experimental

G2= Grupo Control

O1= Pre prueba grupo experimental

O2= Pre prueba grupo control



X= Experimento

O3= Post prueba grupo experimental

O4=Post prueba grupo control

### **3.7. INSTRUMENTOS Y TÉCNICAS**

#### 3.7.1. Instrumentos

##### **- Guía de entrevista**

La guía de entrevista se constituyó con 10 preguntas las cuales, están dirigidas a obtener información sobre las habilidades con los sentimientos, sus habilidades alternativas y sus habilidades para el control del estrés , y que puedan expresarse de forma abierta y amena, el cambio que han experimentado, durante todo el año. **Véase Anexo**

##### **A.1**

##### **- Ficha de observación**

Se realizaron 3 fichas de observación, diseñadas para cada ítem (habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas y habilidades para hacer frente al estrés), siendo respuestas cerradas (SI, NO) para cada indicador y dando al final la observación de cada integrante (15).

- La primera ficha de observación fue para las habilidades con los sentimientos, dentro de la cual, se utilizó 5 ítems, los cuales son los más objetivos, como para obtener la información necesaria desde un punto de vista externo que trabajo durante un año con los involucrados. **Véase anexo C.3**

- La segunda ficha de observación trató sobre las habilidades alternativas; igualmente, se usó 6 ítems objetivos, que permitieron obtener los datos necesarios para emitir una observación. **Véase anexo D.4**



- La tercera ficha de observación fue sobre las habilidades para hacer frente al estrés; de similar manera, se utilizó 6 indicadores objetivos, para emitir una observación. **Véase anexo E.5**

**- Cuestionario psicológico Goldstein**

El cuestionario psicológico fue facilitado por un profesional de área llevando el nombre de “LISTA DE CHEQUEO EVALUACION DE HABILIDADES SOCIALES” de las cuales se trabajó con tres indicadores que son :Habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas y habilidades para hacer frente al estrés estructurado por Goldstein y otros en 1980. Esta estructura plantea un número determinado de preguntas cerradas en: habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas y habilidades para hacer frente al estrés. Este procedimiento permitió medir el desarrollo de las habilidades sociales en los dos grupos experimental y control. **Véase anexo B.2**

## - PUNTAJE

Según la variable, las dimensiones y la cantidad de preguntas se valorizo los puntajes para definir los niveles alto, medio y bajo.

**Tabla 7:** Valoración de variables y dimensiones por niveles

	<b>BAJO</b>	<b>MEDIO</b>	<b>ALTO</b>
Resultado general	<b>1-46</b>	<b>46-93</b>	<b>93-140</b>
Habilidades con los sentimientos	<b>1-11</b>	<b>11-24</b>	<b>24 – 35</b>
Habilidades alternativas	<b>1-15</b>	<b>15-30</b>	<b>30 - 45</b>
Habilidades para hacer frente al estrés	<b>1-20</b>	<b>20-40</b>	<b>40- 60</b>

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

### 3.7.2. Técnicas

#### -La Entrevista

Se utilizó la entrevista, al finalizar los talleres, ya que había confianza, para que los involucrados pudieran expresarse de la transformación que tuvieron los integrantes del elenco teatral Chaska Ñawi en todo el año

La entrevista como una forma de interacción social, consiste “en establecer un diálogo donde una de las partes busca obtener información y la otra sirve de fuente” (Sabino, 1985, p. 175). También es definida como “una de las modalidades de la interrogación, o sea el acto de hacer preguntas en forma oral a alguien, con el propósito de obtener un tipo de información específica” (Cerde, 2000, p. 258).



### **-El Test Psicológico:**

Este instrumento es de evaluación psicológica, son las técnicas mediante las cuales se recogen mediante la cual se recogen los datos referentes a las características psicológicas de las personas estudiadas, los test psicológicos están contruidos en base a teorías psicológicas que intentan explicar el comportamiento humano. Los resultados de los mismos se integran al proceso evaluativo y a la toma de decisiones en relación a la persona en estudio. Gonzales, 2007(pág.3.)

### **-Observación:**

La OBSERVACIÓN la definen Hernández, Fernández y Baptista (2003) como “aquella que consiste en el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos o conductas manifiestos y en la que el observador interactúa con los sujetos observados.” (p.428”)

Se utilizó la observación por el hecho de que al ser la tesista la generadora de los talleres teatrales, se pudo involucrar en la vida personal de cada uno de los integrantes, observando el crecimiento de sus habilidades sociales- comunicativas a través del teatro.

### 3.7.3 Técnicas de procesamiento de análisis de datos

#### **- Escala Lickert:**

La escala tipo Likert es un instrumento de medición o recolección de datos cuantitativos utilizado dentro de la investigación. Es un tipo de escala aditiva que corresponde a un nivel de medición ordinal; consiste en una serie de ítems o juicios a modo de afirmaciones ante los cuales se solicita la reacción del sujeto.



El estímulo (ítem o juicio) que se presenta al sujeto, representa la propiedad que el investigador está interesado en medir y las respuestas son solicitadas en términos de grados de acuerdo o desacuerdo que el sujeto tenga con la sentencia en particular.

Son cinco el número de opciones de respuesta más usado, donde a cada categoría se la asigna un valor numérico que llevará al sujeto a una puntuación total producto de las puntuaciones de todos los ítems. Dicha puntuación final indica la posición del sujeto dentro de la escala. Las actitudes son lo que principalmente se pueden medir con una escala tipo Likert.

En la presente investigación hemos usado:

1= Nunca

2= Muy pocas veces

3= Alguna vez

4= A menudo

5= Siempre

### **-Media**

La media es el valor promedio de un conjunto de datos numéricos calculada como la suma del conjunto de valores dividida entre el número total de valores.

### **-Prueba t, (estadística paramétrica)**

Se utiliza para determinar si hay una diferencia significativa entre las medias de dos grupos, es decir que se utiliza cuando deseamos comparar dos medias.

Se utiliza para la comparación de dos medias de poblaciones independientes y normales.



### **- Prueba t para muestras independientes (estadística paramétrica)**

Esto se refiere a la diferencia entre los promedios de dos poblaciones.

Básicamente, el procedimiento compara los promedios de dos muestras que fueron seleccionadas independientemente una de la otra.

En este caso estamos comparando las habilidades sociales de nuestro grupo experimental con nuestro grupo de control.

### **- Prueba levene**

En estadística, la prueba de Levene es una prueba estadística inferencial utilizada para evaluar la igualdad de las varianzas para una variable calculada para dos o más grupos.

Algunos procedimientos estadísticos comunes asumen que las varianzas de las poblaciones de las que se extraen diferentes muestras son iguales. La prueba de Levene evalúa este supuesto. Se pone a prueba la hipótesis nula de que las varianzas poblacionales son iguales (llamado homogeneidad de varianza). Si el P-valor resultante de la prueba de Levene es inferior a un cierto nivel de significación (típicamente 0.05), es poco probable que las diferencias obtenidas en las variaciones de la muestra se hayan producido sobre la base de un muestreo aleatorio de una población con varianzas iguales. Por lo tanto, la hipótesis nula de igualdad de varianzas se rechaza y se concluye que hay una diferencia entre las variaciones en la población.

### **-Prueba de normalidad (estadística inferencial)**

Los resultados de la prueba indican si usted debe rechazar o no puede rechazar la hipótesis nula de que los datos provienen de una población distribuida normalmente. Puede realizar una prueba de normalidad y producir una gráfica de probabilidad normal

en el mismo análisis. La prueba de normalidad y la gráfica de probabilidad suelen ser las mejores herramientas para evaluar la normalidad.

### 3.8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

**Tabla 8:** Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN DE CONCEPTO	DIMENSIÓN	INDICADORES
Habilidades sociales	Según Caballo(1986) : La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por ese individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación	Habilidades Relacionadas con los Sentimientos	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Permitir que los demás conozcan lo que sientes.</li> <li>-Comprender a los demás.</li> <li>-Preocuparse por los demás.</li> <li>- Reconocer mis emociones</li> <li>-Comprender cuando alguien se enfada.</li> <li>-Darte a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien.</li> <li>-Ayudar a quien lo necesita</li> <li>-Ser justo</li> </ul>
		Habilidades Alternativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Controlar tu carácter</li> <li>-Encontrar formas de resolver problemas</li> <li>-Conservar el control cuando te hacen sentir mal</li> <li>-Defender tus derechos</li> </ul>
		Habilidades para hacer frente al estrés.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Le dices a los demás cuando han hecho algo que no te gusta.</li> <li>-Expresar halagos</li> </ul>



			<ul style="list-style-type: none"><li>-Pensar en los demás antes que en ti mismo.</li><li>-Hacer algo para que te ayude a sentir menos vergüenza.</li><li>-Entender porque has fracasado.</li><li>-Decir lo que quieres hacer, cuando los demás quieren hacer otra cosa.</li></ul>
Teatro	Según Vieites (2016): El teatro es el arte de la representación, es la vivencia creativa de roles distintos a nuestra identidad propia.	Talleres de teatro	<ul style="list-style-type: none"><li>-Confianza</li> <li>-Comunicación no verbal</li></ul>

---

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El grupo control, que fue el grupo intacto, en el cual se utilizó el instrumento del test psicológico de Goldstein antes de iniciar los talleres(PRE TEST), de los cuales salieron los resultados para las habilidades relacionadas con los sentimientos, las habilidades alternativas y las habilidades para hacer frente al estrés. Al finalizar los talleres se tomó nuevamente el test psicológico de Goldstein para ver las variaciones y poder compararlo con el grupo experimental.

El grupo experimental, que fue el grupo con el cual trabajamos los talleres de teatro, de igual forma se aplicó el test psicológico de Goldstein antes de iniciar los talleres(PRE TEST), de los cuales salieron los resultados para las habilidades relacionadas con los sentimientos, las habilidades alternativas y las habilidades para hacer frente al estrés. Luego del lapso de un año en talleres se tomó el segundo test psicológico de Goldstein para observar las variaciones y poder compararlo con el grupo control.

Al obtener los puntajes generales de ambos grupos, se procede a realizar la prueba T de student que se utiliza para evaluar si dos grupos difieren de manera significativa respecto a sus medias en una variable, es decir si existe diferencia significativa entre ambos grupos. Para poder realizar una prueba T de student, se debe trabajar con la hipótesis de la investigación y de esta sale la H1 (hipótesis alterna)la cual es igual a que existe una diferencia significativa entre la media de clasificaciones del grupo control con el grupo experimental y la H0 (hipótesis nula), que es igual a que no existe una diferencia significativa entre el grupo control y el grupo experimental.

Seguidamente se debe determinar el nivel alfa ( $\alpha$ ) el cual es el porcentaje de error, en ciencias sociales de 0.05% que es una cifra determinada para las Ciencias Sociales. Al



observar que nuestra investigación trabaja con dos grupos y los resultados del test psicológico de Goldstein son numéricos, obtenemos que la prueba para esta investigación es la Prueba T de student par muestras independientes.

Luego se sigue con la lectura de P-Valor, se tienen que corroborar previamente dos supuestos que son la prueba de normalidad, la cual corrobora que la variable aleatoria en ambos grupos se distribuye normalmente, para ello se utiliza la prueba de Chapiro Wilk ( $>30$ ) y de igualdad de varianzas también llamado prueba Levene, que corrobora la igualdad de varianzas entre los grupos, estas cifras son obtenidas del programa SPSS. Después de haber pasado estos dos filtros se puede calcular el P-Valor de la prueba T de student de muestras independientes.

En la misma tabla de Levene se obtiene el nivel de significancia de la T de student (sig. Bilateral) y se contrasta contra el nivel alfa (0.05). Cuando esta es menor que alfa, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, esto quiere decir que si existe una diferencia significativa entre el grupo control y el grupo experimental.

#### 4.1. GRUPO CONTROL – PRE TEST

##### 4.1.1. Resultados de habilidades relacionadas con los sentimientos

**Tabla 9:** Resultados de las habilidades con los sentimientos-Grupo Control-Pre test

	Niveles	N
	Bajas	0
Sentimientos	Medias	11
	Altas	4

Pre test aplicado al grupo control

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En la presente tabla se observan los resultados del grupo experimental- en el pre test en el ítem de habilidades relacionadas con los sentimientos dando como resultado 0 personas con habilidades con los sentimientos bajas, 11 personas con habilidades sociales medias y 4 personas con habilidades sociales altas.

Se le tomo un test psicológico a los integrantes del grupo control que en su totalidad eran 15 personas, igual que al grupo experimental, ya que debían estar igualados, eran personas de 18 a 22 años de las distintas universidades de Puno siendo más exactos de primer a cuarto semestre. Al salir los resultados del presente grupo, fueron de medios a altos indicándonos que estaban en una mejor posición que el grupo anterior, haciendo que lo ubiquemos como grupo control, ya que con este grupo es con quien se hará la comparación del grupo experimental.

Al analizar los datos correspondientes del grupo control, y dentro del primer ítem que es Habilidades con los sentimientos, se puede observar que los integrantes poseen habilidades relacionadas con los sentimientos de medias a altas, dándonos un concepto de que el presente grupo, tiene un control más estable sobre sus sentimientos. }

#### 4.1.2. Resultados de las habilidades alternativas

**Tabla 10:** Resultados de las Habilidades Alternativas Grupo Control-Pre test

	Niveles	N°
Alter	Baja	0
	Media	11
	Alta	4

Pre test aplicado al grupo control

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En este caso dentro de lo que son las habilidades alternativas en el grupo control se obtuvo un resultado de medio (11) a alto (4). El presente grupo al obtener estos resultados



nos indica que no son personas que estén metidos en peleas o en discusiones todo el tiempo, pero la mayoría al tener habilidades medias y no altas, muchas veces pueden no controlar sus emociones y terminar explotando.

Lazarus (2000) indica que esta habilidad te servirá para solucionar los problemas evitando las peleas, los gritos, las voces. Si conoces esta habilidad aprenderás a defenderte sin usar la violencia. Es muy importante no entrar en peleas, evitándolas e impidiendo que otros se peleen en nuestra presencia. Conocer cuándo va a ocurrir una pelea, porque de ese modo pondremos los medios necesarios para que no se dé. Pelearse no es la mejor manera de conseguir lo que queremos, y cuando nos peleamos le hacemos daño al otro y a nosotros mismos. Muchas veces es inevitable tener problemas con los demás, porque sus comportamientos nos hacen daño; en este caso la respuesta más adecuada es el diálogo, en las peleas, llevamos razón, pero la violencia no es una solución buena; lo único que conseguiremos será que se nos juzgue negativamente.

El grupo control, si bien es cierto es el grupo con el cual mediremos el grupo experimental y compararemos los resultados.

El grupo experimental a comparación del grupo control en el pre test, es el menos favorecido siendo estas personas que no poseen habilidades sociales desarrolladas siendo sus habilidades bajas, el grupo control en cambio tiene habilidades sociales medias a altas, siendo el adecuado para trabajarlo como grupo control.

Al trabajar con el grupo control, se puede observar que son personas que pueden comunicarse dando a conocer sus ideas, no todo el tiempo, pero lo hacen cuando les resulta necesario, no solo comparten sus cosas sino también sus pensamientos e ideas.

Podemos entender que si bien es cierto son personas en una mejor posición que el grupo experimental no han desarrollado potencialmente sus habilidades sociales.

#### 4.1.3. Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés

**Tabla 11:** Resultado de las habilidades sociales frente al estrés, Grupo Control-Pre *test*

	Niveles	N°
Estrés	Baja	0
	Media	13
	Alta	2

Pre test aplicado al grupo control

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En la presente tabla se encuentran los resultados del post test aplicado al grupo experimental se puede observar que los integrantes están en un rango de medio a alto siendo 13 personas en habilidades sociales medias y solo dos en habilidades sociales altas.

En este caso (Habilidades para hacer frente al estrés) el grupo control tiene igualmente un resultado de medio a alto, siendo en su mayoría medio, esto nos indica que igualmente que en los anteriores ítems sus habilidades para hacer frente al estrés. Son mejores que las del grupo experimental, y se va a poder realizar la comparación entre el grupo experimental y este, para validar la hipótesis,

Respecto a las habilidades para hacer frente al estrés podemos decir que este forma parte de nuestra vida cotidiana, lo hemos experimentado en diversidad de ocasiones, ya sea soportando frenéticas discusiones laborales o familiares. Quizás lo hayamos manifestado de otra forma, con otros términos: nerviosismo, ansiedad, miedo o tensión. Sea como sea, nos estamos refiriendo al estrés que puede acontecer en infinidad de situaciones.

Al ya estar conformado el grupo control por tener mejores resultados, ya que con quien se va a trabajar es con el grupo que posee los resultados más bajos, siendo este grupo adecuado para comprobar el crecimiento del grupo experimental.

#### 4.1.4. Resultado general del grupo control

**Tabla 12:** Resultado General, Grupo Control-Pre test

	Niveles	N°
Sentimientos	Bajas	0
	Medias	11
	Altas	4

Resultado General del grupo control

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En el presente cuadro que tiene los resultados generales del grupo control .pre test se observa que existen 11 integrantes que tienen habilidades sociales medias y solo 4 que tienen habilidades sociales altas.

El resultado del grupo control es la unión de los tres ítems anteriores habilidades con los sentimientos estas son aquellas que implican la expresión directa con los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de otros.

Habilidades alternativas que explica que todos nosotros, en cualquier momento o circunstancia, queremos satisfacer nuestras necesidades y alcanzar el logro de nuestros deseos. Pero no siempre lo conseguimos.

Nuestros intereses pueden entrar en conflicto con los de otras personas y puede que, entonces, sea imposible alcanzarlos. En esas circunstancias, no es extraño que sintamos el impulso de arremeter contra otras personas por entender que son ellas las causantes de



que no logremos nuestras metas. Pero, ciertamente, los comportamientos agresivos pueden tener consecuencias nefastas y, de hecho, nuestra historia personal y social está repleta de estas circunstancias.

Y finalmente las habilidades para hacer frente al estrés .El estrés acontece cuando una persona interpreta una situación determinada como poco deseable o amenazante, y piensa que no tiene suficientes recursos para hacerle frente. Aunque indiscutiblemente hay acontecimientos muy desfavorables, ante los cuales la mayoría de nosotros sufriríamos estrés. La muerte de un ser querido, un accidente de circulación o presenciar un incendio son algunos ejemplos de ello. Sin lugar a dudas, se trata de hechos eminentemente indeseables y amenazantes. Aun así, la respuesta de todos nosotros no será de la misma intensidad, algunos mostrarán una reacción extrema; en cambio, otros responderán con mayor serenidad. No reaccionamos todos igual ante la misma situación de peligro, dado que cada persona entiende los sucesos de forma distinta, atribuyéndoles un mayor o menor grado de amenaza.

Dando como resultado final medio a alto, estos siendo los principales ítems de las habilidades sociales

Esto nos va a permitir que el grupo control se mida con el grupo experimental, ya que se trabajara con el grupo experimental durante un año a través del teatro

Durante el periodo de ese año el grupo control nos ayudara a la comparación, si el teatro realmente influyo positivamente en el grupo experimental o no.

## 4.2. GRUPO CONTROL – POST TEST

### 4.2.1. Resultados de habilidades relacionadas con los sentimientos

**Tabla 13:** Resultados de las habilidades con los sentimientos, Grupo Control-Post test

	Niveles	N°
Alter	Baja	0
	Media	11
	Alta	4

Post test aplicado al grupo control- 2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En el presente cuadro en donde están los resultados del grupo control ,post test se observa que no ha variado ya que son 11 integrantes que tienen habilidades sociales medias y solo 4 que poseen habilidades sociales altas.

Al analizar los datos correspondientes del post test del grupo control después de un año de trabajo con el grupo experimental, dentro del primer ítem que es Habilidades con los sentimientos, se puede observar que se mantienen las cifras del pre test, no habiendo cambios, en el presente grupo, a comparación del grupo experimental que la totalidad del grupo obtuvo resultados positivos, dando como resultado habilidades con los sentimientos altas.

Ya que el grupo control lo tomamos porque a comparación del grupo experimental, en el post test, es decir antes de iniciar los talleres, el presente grupo tenía cifras más alentadoras que el grupo experimental, precisamente se escogió al grupo experimental, por tener las cifras más bajas.

#### 4.2.2. Resultados de las habilidades alternativas

**Tabla 14:** Resultados de las habilidades alternativas Grupo Control-Post test

	Niveles	N°
Alter	Baja	0
	Media	11
	Alta	4

Post test aplicado al grupo control- 2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En la presente tabla donde se observan los resultados del Post test aplicado al grupo control, se observa que ningún integrante posee habilidades bajas, 11 integrantes poseen habilidades medias y 4 integrantes poseen habilidades altas.

Al analizar los datos correspondientes del post test del grupo control después de un año de trabajo con el grupo experimental, dentro del segundo ítem que son las habilidades Alternativas igualmente que en el anterior caso, se puede observar que se mantienen las cifras del pre test, no habiendo cambios, en el presente grupo, a comparación del grupo experimental que la totalidad del grupo obtuvo resultados positivos, dando como resultado habilidades alternativas altas.

El grupo control al no haber realizado los talleres de teatro, donde se aprendió la comunicación teatral, interpersonal y extra personal, se mantuvieron como iniciaron, si bien es cierto el grupo control estaba compuesto de integrantes de medio a alto, la mayoría tenía habilidades sociales medias, esto nos indica que no hubo superación de parte de este grupo, ya que lo utilizamos para contrastar los resultados finales con el grupo experimental.

#### 4.2.3. Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés

**Tabla 15:** Resultados de las Habilidades para hacer frente al estrés, Grupo Control-Post test

	Niveles	N°
Estrés	Baja	0
	Media	13
	Alta	2

FUENTE: Post test aplicado al grupo control- 2018  
Elaboración: Propia

En el presente cuadro que posee los resultados del post test del grupo control, indica que son 13 personas que poseen habilidades para hacer frente al estrés medias y solo 2 poseen habilidades para hacer frente al estrés altas

Al analizar los datos correspondientes del post test del grupo control después de un año de trabajo con el grupo experimental, dentro del tercer ítem que son las habilidades para hacer frente al estrés, igualmente que en el anterior caso , se puede observar que se mantienen las cifras del pre test, no habiendo cambios en el presente grupo, a comparación del grupo experimental que la totalidad del grupo obtuvo resultados positivos , dando como resultado habilidades para hacer frente al estrés altas.

#### 4.2.4. Resultado general del grupo control

**Tabla 16:** Resultado General, Grupo Control-Post test

	Niveles	N°
Total	Baja	0
	Media	11
	Alta	4

Post test aplicado al grupo control- 2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



El presente cuadro en donde se tiene los resultados generales del grupo control. Post test, se observa que 11 integrantes tienen habilidades sociales medias y solo 4 poseen habilidades sociales altas.

El resultado del grupo control es la unión de los tres ítems anteriores, dando como resultado final MEDIO A ALTO, no cambiando los resultados del post test antes realizado, las cifras al ser iguales nos indica que no hay mejores, ni que ha empeorado, solo se mantiene, a comparación con el grupo experimental, que si han crecido sus cifras positivamente, ya que en el post test el grupo experimental obtuvo habilidades sociales bajas a comparación del grupo control que obtuvo habilidades sociales de medias a altas.

La comparación es clara, el teatro comunitario trabajado en el grupo experimental, nos permitió que el grupo experimental mejorara sus habilidades sociales, comunicativas, creando y dando mensajes a un público, mientras que el grupo control si bien es cierto inicio con mejores resultados que el grupo experimental se mantuvo en sus cifras, ya que con ellos, no trabajamos talleres de teatro, y no mejoraron sus habilidades sociales comunicativas.

#### 4.3. GRUPO EXPERIMENTAL – PRE TEST

##### 4.3.1. Resultados de las habilidades con los sentimientos

**Tabla 17:** Resultados de las habilidades con los sentimientos, grupo experimental, Post Test

	Niveles	N°
	Bajo	12
habilidades sentimientos	Medio	3
	Alto	0

Pre test aplicado al grupo experimental-2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



En el presente cuadro en donde se encuentran los resultados de las habilidades con los sentimientos tomado al grupo experimental , siendo este el pre test , se observa que 12 integrantes poseen habilidades relacionadas con los sentimientos bajas y solo 3 poseen habilidades relacionadas con los sentimientos medias.

Al analizar los resultados correspondientes del pre test relacionada a las habilidades con los sentimientos que son aquellas que implican la expresión directa con los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de otros.

El hecho es que en los resultados indica que son 12 personas con habilidades bajas y 3 con medias y ninguna con alta , esto nos da a entender que son personas que no son expresivos emocionalmente, que no se sienten bien con ellos mismos , se sienten infra valorados y no se expresan comunicativamente con su contexto, siendo personas que no comprenden sus emociones y sentimientos, que se percatan de ellos , pero no le pueden dar un nombre y pensando dentro de ellos mismos que son así, siendo esta una idea errónea de ellos mismos, ya que no pudieron desarrollarse emocionalmente por distintos factores sociales que transcurrieron en sus vidas.

También se debe expresar que los miembros de este primer grupo nunca hicieron teatro este empieza desde que las personas deciden reunirse para hacer arte con la finalidad de cambiar su propia realidad.

De acuerdo a esto se tendría que dar más importancia al teatro social ya que , con lo que vamos a trabajar es comunicación primeramente interpersonal, que puedan comprenderse a ellos mismos, comunicarse consigo mismos y luego al colectivo generando ideas , para así formar una cadena de comunicación.

Analizando el primer ítem que son las habilidades con los sentimientos podemos apreciar que de las 15 personas que son el total, 12 está en un rango bajo y solo 3 en un rango medio, siendo el resultado de medio a bajo.

#### 4.3.2. Resultado de las habilidades alternativas

**Tabla 18:** Resultado de las habilidades alternativas, grupo experimental, pre test

	Niveles	N°
habilidades alternativas	Bajo	9
	Medio	6
	Alto	0

Pre test aplicado al grupo experimental-2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En el presente cuadro en donde se encuentran los resultados del grupo experimental post test en el ítem de habilidades alternativas se puede observar que 9 integrantes tienen habilidades alternativas bajas y 6 integrantes las tienen altas.

Las personas integrantes del grupo experimental en el post test se reinciden en que existe un rango medio a bajo, pero esta vez son 9 en el rango de bajo y 6 en el rango medio. Esto nos quiere decir que los sujetos no controlan su carácter y sienten que fracasan todo el tiempo, dándole al fracaso una forma de ver la vida negativamente, quedándose a medio camino y no avanzar, dejando varios de sus proyectos en mitad de camino por sentirse menos y creer que no son capaces de llegar a sus objetivos generando envidia hacia los demás.

Acosta explica que con el fin de regular nuestros comportamientos agresivos, en todas las sociedades, se han establecido normas y reglas que los restringen. Además, la mayoría de las culturas afianzan la paz como un valor importante. Por ello, preferimos no tener



amigos agresivos o violentos y no nos gusta tener cerca personas agresivas. Algunas personas argumentan que cuando son agresivos lo que pretenden es defender sus derechos. Eso puede ser cierto. Pero, es importante darse cuenta que nuestra valía personal y nuestros derechos pueden defenderse con comportamientos no agresivos. Es más, en muchos casos, un comportamiento agresivo puede llevar a una espiral de violencia.

Es por este motivo que los integrantes, si bien es cierto tienen dificultad en relacionarse y son introvertidos, llegan a estallar de forma negativa, siendo hirientes con los demás, ya que no tienen el control de poderse expresar correctamente o decir que algo no gusta, por esta razón se llegan a apartar y también su contexto los aparta por el hecho de ser agresivos, tal vez sin darse cuenta.

#### 4.3.3. Resultado de las habilidades para hacer frente al estrés

**Tabla 19:** Resultado de las habilidades para hacer frente al estrés

	Niveles	N°
habilidades alternativas	Bajo	9
	Medio	6
	Alto	0

Pre test aplicado al grupo experimental - 2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

Al analizar la presente tabla que son los resultados del pre test del grupo experimental se puede observar que es un rango de medio a bajo pero, en este caso el rango medio tiene 9 personas y el bajo 6 personas.

Podemos decir que el estrés forma parte de nuestra vida cotidiana, lo hemos experimentado en diversidad de ocasiones, ya sea soportando frenéticas discusiones laborales o familiares. Quizás lo hayamos manifestado de otra forma, con otros términos:



nerviosismo, ansiedad, miedo o tensión. Sea como sea, nos estamos refiriendo al estrés que puede acontecer en infinidad de situaciones.

El estrés acontece cuando una persona interpreta una situación determinada como poco deseable o amenazante, y piensa que no tiene suficientes recursos para hacerle frente. Aunque indiscutiblemente hay acontecimientos muy desfavorables, ante los cuales la mayoría de nosotros sufriríamos estrés, se trata de hechos eminentemente indeseables y amenazantes. Aun así, la respuesta de todos nosotros no será de la misma intensidad, algunos mostrarán una reacción extrema; en cambio, otros responderán con mayor serenidad. No reaccionamos todos igual ante la misma situación de peligro, dado que cada persona entiende los sucesos de forma distinta, atribuyéndoles un mayor o menor grado de amenaza.

#### 4.3.4. Resultado general-pre test-grupo experimental

**Tabla 20:** Resultado General, Grupo Experimental, Pre test

	Niveles	N°
GENERAL	Bajo	5
	Medio	10
	Alto	0

Resultado General  
Elaboración: Propia

Finalmente gracias al programa SPSS en su versión 25 nos da el resultado general es decir, cual es el estado de las habilidades sociales en el primer grupo dándonos el resultado de un rango medio a bajo, siendo 10 personas con habilidades sociales-comunicativas medias y 5 con habilidades sociales- comunicativas bajas.

Esto nos indica que el presente grupo tiene un déficit en sus habilidades sociales tornándose personas, con problemas emocionales con ellos mismos y esto genera no poder comunicarse con su exterior. La comunicación es fundamental a medida que se



originan los problemas. No perder la oportunidad de comentar todo aquello que se considere necesario y en donde estén presentes todos los voluntarios.

El grupo experimental desconfía de la gente y se tornan solitarios, son personas que no dan su punto de vista, su contexto no los nota porque no se comunican, llegando a estresarse y explotar con su familia o consigo mismos, es un grupo que guarda apariencias creando máscaras con ellos mismos, estas personas muestran un lado tímido, no quieren enfrentar problemas y piensan que es mejor dar a los demás lo que ellos quieren.

Dentro de los resultados podemos afirmar que nuestro grupo experimental debe ser el más débil de los dos grupos, este cumple con los requisitos para poder generar la experimentación que deseamos en el plazo de 1 año siendo 2 sesiones por semana. El resultado inicial de este grupo es de mucha vitalidad, ya que nos indica el cómo están iniciando, antes de empezar el experimento, nos brinda la información necesaria para poder escoger el presente grupo como grupo experimental y crear el grupo teatral Chaska Ñawi a partir de este. Y así al finalizar el experimento, poder afirmar la influencia del teatro en el grupo teatral Chaska Ñawi.

#### 4.4. GRUPO EXPERIMENTAL-POST TEST

##### 4.4.1. Resultados de las habilidades con los sentimientos

**Tabla 21:** Resultados de las Habilidades con los Sentimientos, Grupo Experimental, Post Test

	Niveles	N°
Habilidades sentimientos	Bajo	0
	Medio	0
	Alto	15

Post test aplicado al grupo experimental-2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



Según el puntaje que se muestra en la tabla podemos confirmar que ninguna persona de las 15, después de los talleres de teatro por un año poseen habilidades sociales bajas, ninguna posee habilidades medias y la totalidad poseen habilidades social altas.

Se puede observar en la tabla el resultado del primer ítem de habilidades con los sentimientos, después de un año de trabajo con las personas del presente grupo , el cambio es notorio, ya que la totalidad ha mejorado sus habilidades con los sentimientos.

Como resultado de este proceso, los jóvenes y señoritas del grupo EXPERIMENTAL, se dieron cuenta de sus sentimientos El sentimiento es un estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan, éstas pueden ser alegres o tristes. El sentimiento surge como resultado de una emoción que permite que el sujeto sea consciente de su estado anímico. Goldstein (2002) explica que en realidad, nuestra vida sentimental se nos aparece legítimamente como constituyendo de algún modo nuestra personalidad misma. Esto quiere decir que todos sentimos de manera distinta; lo que para algunos es agradable, para otros constituye lo contrario.

El teatro posee sus propias reglas y se articulan como un conjunto cuyo objetivo último es conseguir comunicar una experiencia vital (externa o interna) tan compleja en su propia identidad como en su presentación.

Es así que a través del teatro se expresan emociones del personaje a quien se va a representar, no siendo algo actuado, si no sintiéndolo y que así se pueda transmitir hacia el público las emociones , es lo que le da vida al teatro , las historias contadas desde el mismo personaje, recreando las emociones y haciéndolas reales.

Mientras se hicieron los talleres, pudieron comunicarse más fácilmente dentro de sus contextos, se hicieron talleres emocionales, donde cada uno pudo hablar sobre sí mismo,

diciendo quienes son, que les molesta, contarnos experiencias personales, mostrarse tal como son, sin miedo al qué dirán los demás.

Para luego entrar más en profundidad de cada uno de ellos, y ellos dentro de sí mismos, creando lo emocional del grupo.

#### 4.4.2. Resultados de las habilidades alternativas

**Tabla 22:** Resultado de las habilidades alternativas, Grupo Experimental, Post Test

	Niveles	N°
Habilidades alternativas	Bajo	0
	Medio	0
	Alto	15

Post test aplicado al grupo experimental-2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

Para la interpretación de la presente tabla se puede confirmar que ninguna de las 15 personas, después de un año de talleres posee habilidades alternativas bajas, igualmente ninguna de las personas posee habilidades alternativas medias y la totalidad del grupo posee habilidades alternativas altas.

En la presente tabla del post test hecho al grupo experimental, esta vez en el ítem de las habilidades alternativas, podemos observar el cambio fuerte que se tuvo ya que según los resultados después de un año de trabajo sus habilidades alternativas son altas y aptas para estar en un grupo humano.

Como resultado de este proceso, los jóvenes y señoritas del grupo experimental, empezaron a dar ideas sin temor, empezaron a utilizar el teatro en el aspecto comunicativo este es la construcción en acción, la conducta asentada en un rol y una acción orientada a un determinado objetivo.



Es así que el grupo experimental aprendió a comunicarse a través de acciones hechas por su cuerpo, generando emociones a través de sus movimientos, fue le primer lazo que hubo entre los integrantes y sus emociones, si bien es cierto, los sujetos no podían expresar lo que sentían, empezaron haciéndolo a través de su cuerpo y diálogos pequeños respondiendo a preguntas de que sientes en ese momento, como se sintieron ayer, como se sintieron en su infancia, etc. Empezaron a liberar emociones poco a poco a través del presente proceso.

Mientras el transcurso del taller se llevaba a cabo cada sesión era más complicada que la anterior, empezaron a recordar traumas de la infancia, he aquí que absolutamente todos, tenían traumas en esta etapa de la vida, lo cual los hacia explotar, cada vez que algo los perturbaba cuando recordaban experiencias en base a ese trauma, si bien es cierto no es fácil superar un trauma de la infancia , la mayoría puedo perdonar haciendo ya que no les afecte tanto, es ahí donde los sujetos empezaron a dar mensajes solos y en grupo, poniendo ideas de cada uno , sin ofenderse unos con otros , explicando si algo no les gusta escuchar y entender a los demás creándose lazos de amistad dentro del grupo y estos obtuvieron más confianza en sí mismos como en los demás , ya que muchos de ellos se sintieron identificados con los otros , y empezaron a generar empatía, entendieron que el ser agresivos no cambia de nada la situación y solo la empeora, la comunicación empezó a fluir por si sola, ya aceptaban a otros miembros dentro de su contexto si prejuizarlo y los miembros trataban de ser más blandos con ellos mismos.

#### 4.4.3. Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés

**Tabla 23:** Resultados de las habilidades para hacer frente al estrés, Grupo Experimental, Post Test

	Niveles	N°
	Bajo	0
GENERAL	Medio	0
	Alto	15

Resultado general- 2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En la presente tabla se puede observar que ninguna de las personas pertenecientes al grupo teatral Chaska Ñawi después de los talleres por un año posee habilidades sociales bajas, igualmente en las habilidades sociales medias y son las 15 personas que poseen las habilidades sociales altas

En el presente cuadro que es el ítem de las habilidades para hacer frente al estrés se puede observar que las personas que conforman el grupo experimental tuvieron una mejora de cuando entraron, las tablas indican unas habilidades sociales-comunicativas referentes al estrés alto.

El mismo hecho de tener dinámica en los talleres, hace que los participantes puedan desestresarse, respirar un momento, ya que como sabemos el estrés no solo es ocasionado por el trabajo o los estudios, el estrés también es ocasionado por problemas personales, por mucho pensar en los acontecimientos cercanos, etc. Los talleres al ser dinámicos liberan endorfinas, y esto genera que los participantes puedan sentirse de una forma más libre para luego seguir con sus quehaceres o trabajos de una manera más tranquila, y dejando el estrés de lado.



Es el componente lúdico una de las ventajas más importantes a la hora de usar el juego, es la capacidad de desarrollar reglas que se estructuran de una forma clara y fácil. Los jugadores colaboran o compiten entre sí para alcanzar un objetivo concreto, siguiendo las reglas y sin salirse de ellas.

Esto tiene una significación que según Motos y tejada (1998) explica que es la práctica colectiva que reúne a un grupo de jugadores que improvisan colectivamente un tema elegido de antemano y precisan por la situación.

De esta forma el juego cumple un importante rol, si bien es cierto es clave de la comunicación interpersonal, también ayuda a desestrezarnos y nos enseña a colaborar con los otros, a escuchar a los demás y mejorar nuestras emociones.

Desde este punto de vista el grupo experimental empezó a desenvolverse cada vez más positivamente, obteniendo los resultados esperados.

#### 4.4.4. Resultados generales del grupo experimental- post test

**Tabla 24:** Resultados Generales del Grupo Experimental, Post Test

	Niveles	N°
GENERAL	Bajo	0
	Medio	0
	Alto	15

Post test aplicado al grupo experimental- 2018

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

En la presente tabla de los resultados generales del post test aplicado al grupo experimental explica que ninguna persona del grupo posee habilidades najas, ninguna



persona en el grupo posee habilidades medias y la totalidad, es decir las 15 personas poseen habilidades altas.

El último cuadro nos indica que la totalidad del grupo experimental cumplió el objetivo de mejorar sus habilidades sociales, Después de un año de trabajo con los talleres de teatro, esta idea parte de que el arte es un modo de transformación social. Trabaja desde la inclusión de personas sin la ostentación de requisito alguno.

Como resultado de este proceso, los jóvenes y señoritas del GRUPO EXPERIMENTAL. Fueron exitosos , ya que al inicio todos al no poder comunicarse bien no dominaban su estrés explotando fácilmente, no confiaban en si mismos, no controlaban sus emociones, eran egoístas y se escondían detrás de máscaras que ellos mismos creaban, algunos eran agresivos , tratando de defenderse de su contexto , con el transcurso de los talleres, el estrés en cada uno empezó a disminuir, empezaron a escuchar y a tratarse como un grupo humano, creciendo en conjunto, siendo menos egoístas y creando lazos de amistad entre ellos.

El teatro es un medio por el cual las personas pueden mejorar su desarrollo personal y su producción creativa, al poder entenderse a si mismos y mejorar sus habilidades sociales genera que la personas pueda comunicarse positivamente con su contexto, puedan trabajar en grupo, que generen menos estrés y así poder estar en paz consigo mismos, al mismo tiempo que empiezan a generar empatía y afecto hacia los demás.

Actualmente el grupo teatral Chaska Ñawi se convirtió en un agente cultural ya que este busca el crecimiento artístico y cultural de la ciudad de Puno a través del teatro y así crear relaciones inter y extra personales con la comunidad utilizándola como herramienta de concientización para mover ideas en masas , Se empezó a dar talleres para personas con habilidades sociales deficientes , igualmente se crearon convenios con instituciones

y universidades para crear un área cultural donde se brinda talleres a los estudiantes y que estos mejoren personalmente, se demostró que el teatro mejora las habilidades sociales y por ende te vuelve más humano, el grupo teatral Chaska Ñawi, hace ayuda social a los más necesitados entre albergues, asilos , escuelas especiales y módulos de rehabilitación El futuro de la presente investigación es que la comunicación a través del teatro y en general del arte puede cambiar conciencias en los más jóvenes para así crear una transformación social, si bien es cierto el equilibrio de una sociedad tiene 2 lados uno lógico y otro creativo, si las personas pueden dominar ambos lados, la sociedad cambiaria para bien, nos volveríamos más humanos porque la transformación es primero en uno y luego en la sociedad. La comunicación a través del arte es una de las herramientas más poderosas que puede tener el ser humano.

Al realizar el análisis de los datos obtenidos al inicio de la investigación, y los resultados finales, se observa la influencia del teatro en las habilidades sociales del grupo teatral Chaska Ñawi.

#### 4.5 PRUEBA T DE STUDENT

4.5.1. Post test grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos)

**Tabla 25:** Post test grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos)

Identpost	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Exp	15	308,667	112,546	,29059
Control	15	232,000	227,408	,58716

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



Al realizar la comparación entre los resultados finales del post test del grupo experimental y del grupo control, se observa que existe diferencias, la media hallada para el grupo experimental corresponde a 30,86 con una desviación de 1,12 lo que representa una menor desviación y mayor media a comparación del grupo control que presento una media de 23,20 y una desviación de 2,27.

### **- Prueba de hipótesis**

#### **-Hipótesis de la investigación**

El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades sociales en el elenco teatral Chaska Ñawi.

H1= Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

H0= No existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

#### **- Determinar $\alpha$**

Alfa = 5% = 0.05

#### **- Normalidad**

Se debe corroborar que la variable aleatoria en ambos grupos se distribuye normalmente. Para ello se utiliza la prueba de Kolmogorov –Smirnov K-S una muestra cuando las muestras son grandes ( $> 30$ ) o la prueba de Chapiro Wilk cuando el tamaño de muestra es ( $< 30$ ) . El criterio para determinar si la (VA) se distribuye normalmente es:

-P-Valor  $> \alpha$  Aceptar Hipótesis 0= Los datos provienen de una distribución normal

-P-Valor  $< \alpha$  Aceptar Hipótesis 1= Los datos no provienen de una distribución normal

**Tabla 26:** Prueba de normalidad, Grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos)

Identpost	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Exp	,246	15	,015	,901	15	,100
Control	,132	15	,200*	,937	15	,351

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 27:** Resultados de Prueba de Normalidad Grupo experimental (habilidades con los sentimientos)- con el post test del grupo control (habilidades relacionadas con los sentimientos)

NORMALIDAD( Resultados generales)		
-----------------------------------	--	--

P- Valor(experimental) = 0.100  $>$   $\alpha = 0.05$

P- Valor (control)= 0.351  $>$   $\alpha = 0.05$

**CONCLUSIÓN:** La variable de resultados generales se comporta normalmente

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 28:** prueba de muestras independientes de las habilidades con los sentimientos

	F	Sig.	T	Gl	Sig. (bilateral)
Se asumen varianzas iguales	5,796	,023	11,702	28	,000
No se asumen varianzas iguales			11,702	20,470	,000

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



**- IGUALDAD DE VARIANZA (PRUEBA LEVENE)**

P valor  $> \alpha$  Aceptar hipótesis 0= Las varianzas son iguales

Valor  $< \alpha$  Aceptar hipótesis 1 = Existe diferencia significativa entre las varianzas

**P-Valor: 0.023**  $>$   **$\alpha = 0.05$**

Se asume que las varianzas son iguales, de esta forma corroboro que cumpla con los dos supuestos tanto de normalidad como el de varianza.

**- Prueba t de student**

CALCULAR P-VALOR (Valor de la prueba o significancia)

P-Valor= 0.000

**P-Valor: 0.000**  $<$   **$\alpha = 0,05$**

El criterio para decidir es:

Si la probabilidad obtenida P-Valor  $< \alpha$  rechace H0 (Se acepta H1)

Si la probabilidad obtenida P-Valor  $> \alpha$  no rechace H1 (Se acepta H0)

**- CONCLUSIÓN:** Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental dentro del ítem de habilidades relacionadas con los sentimientos con la media del post test del grupo control dentro del mismo ítem.

4.5.2. Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas)

**Tabla 29:** Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas)

Identpost	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Exp	15	403,333	149,603	,38627
Control	15	295,333	318,179	,82154

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

Al realizar la comparación entre los resultados finales del post test del grupo experimental y del grupo control, se observa que existe diferencias, la media hallada para el grupo experimental corresponde a 40,33 con una desviación de 1,49 lo que representa una menor desviación y mayor media a comparación del grupo control que presento una media de 29,53 y una desviación de 3,18.

**- Prueba de hipótesis**

**- Hipótesis de la investigación**

El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades sociales en el elenco teatral Chaska Ñawi.

H1= Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

H0= No existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

## DETERMINAR $\alpha$

$$\text{Alfa} = 5\% = 0.05$$

### - Normalidad

Se debe corroborar que la variable aleatoria en ambos grupos se distribuye normalmente. Para ello se utiliza la prueba de Kolmogorov –Smirnov K-S una muestra cuando las muestras son grandes ( $> 30$ ) o la prueba de Chapiro Wilk cuando el tamaño de muestra es ( $< 30$ ). El criterio para determinar si la (VA) se distribuye normalmente es:

- P-Valor  $> \alpha$  Aceptar Hipótesis 0= Los datos provienen de una distribución normal
- P-Valor  $< \alpha$  Aceptar Hipótesis 1= Los datos no provienen de una distribución normal

**Tabla 30:** Prueba de Normalidad: Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas)

Identpost	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Exp	,212	15	,069	,919	15	,187
Control	,200	15	,109	,904	15	,111

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 31:** Resultados de la prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (habilidades alternativas)- con el post test del grupo control (habilidades alternativas)

NORMALIDAD( Resultados generales)		
P- Valor(experimental) = 0.187	>	$\alpha = 0.05$
P- Valor (control)= 0.111	>	$\alpha = 0.05$

**CONCLUSIÓN:** La variable de resultados generales se comporta normalmente

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 32:** Prueba de muestras independientes- habilidades alternativas

	F	Sig.	t	Gl	Sig. (bilateral)
Se asumen varianzas iguales	9,568	,004	11,897	28	,000
No se asumen varianzas iguales			11,897	19,902	,000

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**- Igualdad de varianza (prueba levene)**

P valor >  $\alpha$  Aceptar hipótesis 0= Las varianzas son iguales

P valor <  $\alpha$  Aceptar hipótesis 1 = Existe diferencia significativa entre las varianzas

**P-Valor: 0.004** <  **$\alpha = 0.05$**

Se asume que las varianzas tienen diferencia significativa, de esta forma corroboro que cumpla con los dos supuestos tanto de normalidad como el de varianza.

**- Prueba t de student**

Calcular p-valor (Valor de la prueba o significancia)

P-Valor= 0.000

**P-Valor:0.000** <  **$\alpha = 0,05$**

El criterio para decidir es:



Si la probabilidad obtenida P-Valor  $< \alpha$  rechace H0 (Se acepta H1)

Si la probabilidad obtenida P-Valor  $> \alpha$  no rechace H1 ( Se acepta H0)

- **CONCLUSIÓN:** Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con la media del post test del grupo control

4.5.3. Post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés)

**Tabla 33:** post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés)

Identpost	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Exp	15	544,000	199,284	,51455
Control	15	377,333	263,131	,67940

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

Al realizar la comparación entre los resultados finales del post test del grupo experimental y del grupo control, se observa que existe diferencias, la media hallada para el grupo experimental corresponde a 54,40 con una desviación de 1,9 lo que representa una menor desviación y mayor media a comparación del grupo control que presento una media de 37,73 y una desviación de 2,6.

- **Prueba de hipótesis**

- **Hipótesis de la investigación**

El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades sociales en el elenco teatral Chaska Ñawi.



H1= Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

H0= No existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control.

DETERMINAR  $\alpha$

$$\text{Alfa} = 5\% = 0.05$$

### - Normalidad

Se debe corroborar que la variable aleatoria en ambos grupos se distribuye normalmente. Para ello se utiliza la prueba de Kolmogorov –Smirnov K-S una muestra cuando las muestras son grandes ( $> 30$ ) o la prueba de Chapiro Wilk cuando el tamaño de muestra es ( $< 30$ ) . El criterio para determinar si la (VA) se distribuye normalmente es:

P-Valor  $> \alpha$  Aceptar Hipótesis 0= Los datos provienen de una distribución normal

P-Valor  $< \alpha$  Aceptar Hipótesis 1= Los datos no provienen de una distribución normal

**Tabla 34:** Prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés)

Identpost	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Exp	,189	15	,156	,911	15	,142
Control	,145	15	,200*	,970	15	,858

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



**Tabla 35:** Resultados de la Prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (habilidades para hacer frente al estrés)- con el post test del grupo control (habilidades para hacer frente al estrés)

Normalidad( Resultados generales)		
P- Valor(experimental) = 0.911	>	#= 0.05
P- Valor (control)= 0.927	>	#= 0.05

Conclusión: La variable de resultados generales se comporta normalmente

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 36:** Prueba de muestras independientes. Habilidades para hacer frente al estrés

	F	Sig.	t	Gl	Sig. (bilateral)
Se asumen varianzas iguales	,553	,463	19,556	28	,000
No se asumen varianzas iguales			19,556	26,085	,000

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**- Igualdad de varianza (prueba levene)**

P valor >  $\alpha$  Aceptar hipótesis 0= Las varianzas son iguales

P valor <  $\alpha$  Aceptar hipótesis 1 = Existe diferencia significativa entre las varianzas

**P-Valor: 0.463** >  **$\alpha = 0.05$**



Se asume que las varianzas son iguales, de esta forma corroboro que cumpla con los dos supuestos tanto de normalidad como el de varianza.

**- Prueba t de student**

CALCULAR P-VALOR (Valor de la prueba o significancia)

P-Valor= 0.000

**P-Valor:0.000** < **# = 0,05**

El criterio para decidir es:

Si la probabilidad obtenida P-Valor <  $\alpha$  rechace H0 (Se acepta H1)

Si la probabilidad obtenida P-Valor >  $\alpha$ , no rechace H1 ( Se acepta H0)

**- CONCLUSIÓN:** Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental en el ítem de habilidades para hacer frente al estrés con la media del post test del grupo control en el ítem de habilidades para hacer frente al estrés

4.5.4. Post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales)

**Tabla 37:** Post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales)

Identpost	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Exp	15	1,256,000	386,929	,99905
Control	15	904,667	542,305	140,023

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada



Al realizar la comparación entre los resultados finales del post test del grupo experimental y del grupo control, se observa que existe diferencias, la media hallada para el grupo experimental corresponde a 125,6 con una desviación de 3,8 lo que representa una menor desviación y mayor media a comparación del grupo control que presento una media de 90,46 y una desviación de 5,4.

#### **- Prueba de hipótesis**

#### **- Hipótesis de la investigación**

El teatro influye positivamente en el desarrollo de las habilidades sociales en el elenco teatral Chaska Ñawi.

H1= Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

H0= No existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental con el post test del grupo control

DETERMINAR  $\alpha$

$$\text{Alfa} = 5\% = 0.05$$

#### **- Normalidad**

Se debe corroborar que la variable aleatoria en ambos grupos se distribuye normalmente. Para ello se utiliza la prueba de Kolmogorov –Smirnov K-S una muestra cuando las muestras son grandes ( $> 30$ ) o la prueba de Chapiro Wilk cuando el tamaño de muestra es ( $< 30$ ) . El criterio para determinar si la (VA) se distribuye normalmente es:



- P-Valor  $> \alpha$  Aceptar Hipótesis 0= Los datos provienen de una distribución normal
- P-Valor  $< \alpha$  Aceptar Hipótesis 1= Los datos no provienen de una distribución normal

**Tabla 38:** Prueba de normalidad: post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales)

Identpost	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Exp	,141	15	,200*	,963	15	,746
Control	,142	15	,200*	,956	15	,625

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 39:** Resultados de la prueba de Normalidad, Post test grupo experimental (resultados generales) – con el post test del grupo control (resultados generales)

NORMALIDAD( Resultados generales)		
P- Valor(experimental) = 0.746	>	#= 0.05
P- Valor (control)= 0.625	>	#= 0.05

**CONCLUSIÓN:** La variable de resultados generales se comporta normalmente

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**Tabla 40:** Prueba de muestras independientes –resultados generales

	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)
Se asumen varianzas iguales	1,209	,281	20,425	28	,000
No se asumen varianzas iguales			20,425	25,320	,000

Fuente: Elaboración propia en base a los datos de la encuesta realizada

**- Igualdad de varianza**

**- Prueba levene**

P valor >  $\alpha$  Aceptar hipótesis 0 = Las varianzas son iguales

P valor <  $\alpha$  Aceptar hipótesis 1 = Existe diferencia significativa entre las varianzas

**P-Valor: 0.281** >  **$\alpha = 0.05$**

Se asume que las varianzas son iguales, de esta forma corroboro que cumpro con los dos supuestos tanto de normalidad como el de varianza.

**- Prueba t de student**

CALCULAR P-VALOR (Valor de la prueba o significancia)

P-Valor= 0.000

**P-Valor:0.000** <  **$\alpha = 0,05$**

El criterio para decidir es:



Si la probabilidad obtenida P-Valor  $< \alpha$  rechace  $H_0$  (Se acepta  $H_1$ )

Si la probabilidad obtenida P-Valor  $> \alpha$  no rechace  $H_1$  (Se acepta  $H_0$ )

**CONCLUSIÓN:** Existe una diferencia significativa entre la media del post test del grupo experimental, dentro de los resultados generales con la media del post test del grupo control.



## CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Se demuestra que el teatro si es una herramienta de comunicación que permite el desenvolvimiento del lenguaje interpersonal y extra personal, dando a conocer un mensaje al colectivo a través de la comunicación oral y corporal

**SEGUNDA:** El teatro influye positivamente en las habilidades relacionadas con los sentimientos en el grupo teatral Chaska Ñawi debido a que los participantes del grupo experimental pudieron controlar de una mejor manera sus emociones, ya que al poder comunicarse de mejor manera, pudieron aflorar las emociones internas, pudiendo argumentar como se sentían y que podían hacer para ayudar a los demás, su nivel de empatía aumento, y algunos casos de depresión mejoraron rotundamente.

**TERCERA:** Se demuestra que el teatro influye positivamente en las habilidades alternativas en el grupo teatral Chaska Ñawi. Las habilidades alternativas, en este trabajo, tienen que ver con la ira: Algunos de los participantes tenían este problema, llegando a explotar con personas de su entorno, como su familia, haciéndose daño a sí mismos: Después de los talleres y corroborándose la hipótesis se llega a la conclusión que los participantes empezaron a solucionar sus problemas de forma correcta, comunicándose sin ofender o dañar a la otra persona.

**CUARTA:** Se demuestra que el teatro influye positivamente, en las habilidades para hacer frente al estrés en el grupo teatral Chaska Ñawi. Con un buen manejo de estrés se puede aminorar las consecuencias y estar en paz consigo mismo, ya que los integrantes controlaron mejor sus problemas, pusieron horarios y el estrés que les afectaba fue perfectamente controlado, gracias a unas buenas habilidades sociales.



## RECOMENDACIONES

**PRIMERA:** Se recomienda a las instituciones públicas y privadas para que el teatro sea utilizado como una herramienta comunicacional, y que se adopte como un curso para que los estudiantes puedan desenvolverse mejor dentro de sus contextos diarios.

**SEGUNDA:** Se recomienda a la Escuela de Ciencias de la Comunicación Social que como institución especializada fomente el uso del teatro como un medio de comunicación en la sociedad, teniendo en cuenta que a través de este proceso se puede dar mensajes y concientizar a la población sobre los diferentes problemas de su entorno, día a día.

**TERCERA:** Se recomienda a los colectivos culturales el uso del teatro para buscar el crecimiento artístico y cultural de la ciudad de Puno y que a través de este se muestra nuestra cultura.

**CUARTA:** Se recomienda incentivar el trabajo en talleres de teatro con personas que tengan habilidades sociales deficientes para que a través de este medio puedan comunicarse correctamente, tanto con su contexto social como en sí mismos.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfaro .D& Sura Isabel(2007), *Teatro comunitario como Proceso de transformación Social* (Tesis Pregrado), Universidad Tecnológica Metropolitana , Facultad de Humanidades y Tecnológicas de la Comunicación Social - Santiago de Chile.
- Barrera. M.(2011). Neurociencia y su importancia en el contexto de aprendizaje.  
Revista UNAM MX. Recuperado de:  
<http://www.revista.unam.mx/vol.10/num4/art20/int20-3.htm>
- Baumeister,(1999) *Virtue, Personality and Social Relations : Self control as de moral muscle, Journal of Personlity* (7-19)- New York.
- Bedoya, L. G. (2010). *Desarrollo De Habilidades Comunicativas Básicas En Niños De 9 a 13 Años a Través De La Radio*. Puno, Puno.
- Benza, R (2007), *El teatro como herramienta de comunicación Intercultural* ( tesis de pregrado) . Pontificie Universidad Catolica del Perú
- Berrio(2011), Estrés Academico.*Revista de psicologia de la Universidad de Antioquia*.  
Recuperado de:  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922011000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006)
- Bidegain (2011). Teatro Comunitario Argentino: Teatro Habilidadador del ser social, revista Teatro Comunitario (81-88) - Argentina
- Bolaños.L.(2015).El estudio socio-histórico de las emociones y los sentimientos en las Ciencias Sociales del siglo XX. *Revista de Estudios Sociales*.Recuperado de:  
<https://revistas.uniandes.edu.co/doi/full/10.7440/res55.2016.12>
- Briones (2017) *Habilidades Sociales según el género en estudiantes del nivel secundario del Colegio Adventista* (tesis pregrado) Universidad Peruana Unión - Puno



- Caballo.V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid. España, Siglo XXI
- Cañon ,W. (1932). *La sabiduría del cuerpo*. Neva York. Norton
- Carrasco. M .(2006,2 de junio). Aspectos Conceptuales de la Agresión. Acción Psicológica. Recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030758001.pdf>
- Cerda,H. (1993), *Los elementos de la Investigación, como conocerlos, diseñarlos y construirlos*. Quito , Ed. Abia Yala
- Colqui (2013), *El teatro como técnica asertiva en estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Jose Faustino Sanchez Carrion* ( Tesis Pregrado), Universidad Nacional del Centro del Perú- Huancayo
- Cruz .P.(2014) *Comunicación y teatro. El juego teatral como herramienta para el tratamiento de dificultades linguisticas en alumnos de primaria*. Revista de Comunicación de la SEECI (33). 82-116.
- Dánvila.I.(2010). Inteligencia Emocional: Una revisión del concepto y líneas de Investigación. Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de :  
<file:///C:/Users/ASUS/Downloads/38963-Texto%20del%20art%C3%ADculo-47025-1-10-20120410.pdf>
- Fernandez.I.(2008). Medidas,teoras y aplicaciones en revision . Anales de Psicología . Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16711589012.pdf>
- Fernández, E. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: Su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional*, (Tesis Doctoral) Universidad de León , España.
- Freire (2005) *Pedagogía del Oprimido*, Siglo XXI Editores, 2da edición - Argentina.
- Garcia.(2012). La educacion emocional, su importancia en el Proceso de Aprendizaje. *Revista Educación*, Recuperado de :  
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>



- Goldstein, A.(2002). *Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia*. Barcelona, Martínez Rocas
- Grossetti M.(2009).¿Que es una relación social?. Un conjunto de mediaciones diádicas. *REDES Revista hispana para el análisis de redes sociales*. Recuperado de: [http://revista-redes.rediris.es/pdf-vol16/vol16\\_2e.pdf](http://revista-redes.rediris.es/pdf-vol16/vol16_2e.pdf)
- Haedicke, Nellhaus (2001). *Performing Democracy: Perspectivas Internacional en el desempeño basado en la comunidad urbana*, An Arbor, University Of Michigan
- Hernández., Fernández. , Baptista(1991). *Metodología de la Investigación* , México, Ed Interamericana Editores.
- Herreros (2003).Las fuentes de la confianza social. Recuperado de: <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/304-527-2-PB.pdf>
- Kaplún, M.(2002). *Una pedagogía de la comunicación ( El comunicador Popular)*, La Habana, Editorial Caminos.
- Llanos, C.(2006), *Efectos de un Programa de Enseñanza en Habilidades Sociales* (Tesis Doctoral), Universidad de Granada , Departamento de Psicología evolutiva y de la educación, Facultad de Ciencias de la Educación- Granada.
- Mamani, J (2016), *Habilidades Sociales y conductas de riesgo en los adolescentes escolares de la Institución Educativa Secundaria José Antonio Encinas, Juliaca, (Tesis Pregrado)*, Universidad Nacional del Altiplano - Puno.
- Maturana,H. (2002). *La objetividad. Un argumento para obligar*. Santiago de Chile: Dolmen.
- Mendoza. J. (2017). *Sobre teatro y lo indefinible: Una perspectiva sobre la des limitación del teatro*. *Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/5039/503954320012.pdf>
- Morín, E. (2003) *Educación en la era planetaria*, Barcelona, Ed. Gedisa, S.A. 2003



- Peppino. A. (2005).El papel de la memoria oral para determinar la identidad Local. Difusión Cultural. Recuperado de:  
<http://www.difusioncultural.uam.mx/revista/junio2005/06.pdf>
- Pérez ,R. (2017). El arte dramático para la mejora de habilidades sociales en estudiantes de tercero de secundaria UGEL N°6,Ate Vitarte- Lima (Tesis Postgrado).  
Universidad Cesar Vallejo. Lima
- Roca. J. (2006).Conducta y Conducta. *Revista latina de análisis de comportamiento*.  
Recuperado de:  
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/acom/article/view/14524>
- Santiago, F. (2007).*¿Porque el teatro es necesario?. Las puertas del DRAMA* (25), P.4.
- Sarasons, S. (2002). *La enseñanza como arte de representación*. Buenos Aires:  
Amorrortu.
- Tapia.M (2017). Habilidades Sociales relevantes :Percepciones de múltiples actores  
Educativos. Magis. Recuperado en; <https://doi.org/10.11144/Javeriana.m9-19.hsrp>
- Touriñan,J.(2018).Educación intercultural como cualificación del significado de  
educación, vinculada al sentido de la educación. Recuperado de:  
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/445>
- Uranga , W. Bruno,D. (2001). *Tres perspectivas para comprender/nos*. Mimeo, Buenos  
Aires.
- Vieties, M.(2016), Teatro y Comunicación. Un enfoque teórico. Revista Signa (25)



## **ANEXOS**



## ANEXO A.1

### MODELO DE ENTREVISTA

1-.Qué fue lo que te motivo a ir a los talleres de teatro?

.....  
.....

2-. ¿Antes de conocer el teatro como te desenvolvías dentro de los contextos sociales?

.....  
.....

3-. ¿En qué momento dentro de los talleres de teatro te diste cuenta que empezaron a mejorar tus habilidades sociales?

.....  
.....

4-.¿Notaste algún cambio después de los talleres de teatro?

.....  
.....

5-. ¿Puedes comunicarte tanto individualmente como en conjunto dando a conocer un mensaje después de los talleres de teatro?

.....  
.....

6-. ¿Sientes que mejoraron tus habilidades sociales después de los talleres de teatro?

.....  
.....

7-. ¿Cómo calificarías tu desarrollo desde el inicio de los talleres hasta el final de estos?

.....  
.....

8-.¿sientes ha mejorado tu manejo de estrés después de haber participado en los talleres?

.....  
.....

9-. ¿Actualmente crees que mejorado tu control de emociones?

.....  
.....

10-. ¿te muestra tal como eres frente a las personas sin temor a que estas te rechazen?



## ANEXO B.2

### LISTA DE CHEQUEO EVALUACION DE HABILIDADES SOCIALES

(Goldstein et. Al. 1,980)

#### INSTRUCCIONES:

A continuación encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces.

Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

**Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad**

**Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad. Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.**

**Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.**

**Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.**

#### GRUPO I: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS

1.- ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?

1   2   3   4   5

2.- ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?

1   2   3   4   5

3.- ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?



1 2 3 4 5

4.- ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?

1 2 3 4 5

5.- ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?

1 2 3 4 5

6.- ¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?

1 2 3 4 5

7.- ¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?

1 2 3 4 5

## **GRUPO II: HABILIDADES ALTERNATIVAS**

1.- ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a las personas indicadas?

1 2 3 4 5

2.- ¿Compartes tus cosas con los demás?

1 2 3 4 5

3.- ¿Ayudas a quien lo necesita?

1 2 3 4 5

4.- ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?



1 2 3 4 5

5.- ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?

1 2 3 4 5

6.- ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?

1 2 3 4 5

7.- ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?

1 2 3 4 5

8.- ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?

1 2 3 4 5

9.- ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?

1 2 3 4 5

### **GRUPO III: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS**

1.- ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?

1 2 3 4 5

2.- ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?



1 2 3 4 5

3.- ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?

1 2 3 4 5

4.- ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?

1 2 3 4 5

5.- ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?

1 2 3 4 5

6.- ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no a sido tratada de manera justa?

1 2 3 4 5

7.- ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?

1 2 3 4 5

8.- ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?

1 2 3 4 5

9.- ¿Reconoces y resuelves la confusión que el produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?

1 2 3 4 5



**10.-** ¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?

**1   2   3   4   5**

**11.-** ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?

**1   2   3   4   5**

**12.-** ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?

**1   2   3   4   5**



## ANEXO C.1

### Ficha de observación del grupo teatral chaska ñawi – habilidades relacionadas con los sentimientos

Observadora: guadalupe victoria estofanero zúñiga

N° DE ORDEN	GRUPO EXPERIMENTAL	INDICADORES						OBSERVACIONES
		Permitir que los demás conozcan lo	Comprender a los demás	Preocuparse por los demás	Reconocer mis emociones	Comprender	Darte a ti mismo una recompensa después de hacer	
001	001							Desde mi observación, pude percibir crecimiento emocional , esta era una persona cerrada y tímida, no comunicaba sus sentimientos y hablaba poco pero siempre ayudaba a los demás.
002	002							Desde mi observación puede percibir que esta persona, era desconfiada, pero si tenia buena comunicación aunque hablaba poco con los demás, le gusta expresar sus ideas pero no brinda confianza.
003	003							Desde mi observación



								pude percibir, que esta persona no podía reconocer sus emociones, se dejaba dominar por ellas. Se podía comunicar bien con los demás, pero creando mascararas
004	004							Pude observar a esta persona como alguien que es muy sensible pero se oculta detrás de otra personalidad. Tiene buena comunicación con quien quiere.
005	005							Desde mi observación, estas personas eran introvertida, pero si mejoro bastante durante el proceso, mejoro su comunicación.
006	006							Desde mi punto de observación, esta persona tenía problemas emocionales y tuvo todo un proceso emocional positivo, se le hace fácil comunicarse y controla mejor sus emociones.



007	007							Desde mi punto de observación esta era una persona muy introvertida, se le hacía difícil hablar, tuvo una mejora, ya puede expresar sus ideas, o decir cuando algo le molesta.
008	008							Esta era una persona introvertida, tuvo una mejora gigante, pudo adaptarse y tener una mejoría en los distintos espacios sociales donde se desenvolvía
009	009							Esta era una persona que tenía fácil comunicación, pero no brindaba la confianza necesaria, su proceso fue más humano, puede comprender a las personas más fácilmente.
010	010							Esta persona tiene facilidad en la comunicación, pero no le gustaba demostrar sus emociones, ahora si lo hace.



011	011							<p>Esta persona era muy lógica, no tenía muy buena comunicación, luego cambio la forma de ver las cosas en su vida diaria y se tornó más sociable.</p>
012	012							<p>Esta persona no tiene muy buena comunicación, no le gusta expresar lo que siente,</p>
013	013							<p>Esta persona , era extrovertido y se comunicaba bien pero tenía problemas emocionales, consigo mismo, no lo demostraba, pero había momentos en que se le notaba, no podía ocultarlo del todo.</p>
014	014							<p>Esta persona, no tiene facilidad en comunicarse, tímida, pero si hubo una evolución, empezó a trabajar en conjunto y a ser más sociable.</p>



**ANEXO C.4 Ficha de observación del grupo teatral chaska ñawi – habilidades alternativas**

N° DE ORDEN	GRUPO EXPERIMENTAL	INDICADORES						OBSERVACIONES
		Ayudar a quien	Ser justo	Controlar tu	Encontrar	Conservar el	Defender tus	
001	001							Esta persona si tiene un buen control de sus habilidades alternativas, es justo y se defiende sin dañar a nadie
002	002							Esta persona al no tener confianza en los demás genera deficiencia en sus habilidades alternativas, pero si se vio un cambio positivo.
003	003							Esta persona tiene un buen control de sus habilidades alternativas, tuvo un gran crecimiento porque antes eran muy deficientes.
004	004							Esta es una persona que no puede controlar su carácter, biliosa, pero que es justa y sabe como resolver problemas.
005	005							Esta persona es justa y buena, sabe controlar su carácter y siempre ve el lado positivo de las cosas.
006	006							Esta persona tiene un buen control de sus habilidades



								alternativas, aún no controla del todo su carácter pero tuvo un crecimiento positivo
007	007							Esta persona logro decir cuando algo no le gusta y defenderse, pero de una forma hostil, tiene un pobre desempeño en sus habilidades alternativas
008	008							Esta persona tiene un buen manejo de habilidades alternativas, puede defenderse sin ser hostil
009	009							Esta persona tiene un buen manejo de sus habilidades alternativas, es justa, sabe controlar sus emociones.
010	010							Esta persona tiene un buen desempeño en sus habilidades alternativas. Sabe cómo hablar es justa y más humana
011	011							Esta persona tiene un buen desempeño en sus habilidades sociales, empezó siendo alguien que no podía comunicarse, siempre fue justa, pero no le gustaba que la mirasen, ahora controla ese aspecto.
012	012							Esta es una persona que no se comunica, prefiere estar callado o mirando hasta que le digan que tiene que hacer. Si creció en este aspecto pero poco.



<b>013</b>	<b>013</b>							<b>Esta persona es extrovertida, pero tiene muchas deficiencias en sus habilidades alternativas, aunque si hubo un poco de crecimiento en esta área</b>
<b>014</b>	<b>014</b>							<b>Esta persona es muy buena y noble, pero ante un problema se derrumba, no tiene un buen control sobre esto, hubo un poco de mejora en esta área.</b>
<b>015</b>	<b>015</b>							<b>Esta persona tiene un pobre control de sus habilidades alternativas, pero creció bastante a como inicio, si bien es cierto no lo llega a controlar del todo, se da cuenta, y ese es un cambio abismal.</b>



**ANEXO D.5: FICHA DE OBSERVACIÓN DEL GRUPO TEATRAL CHASKA ÑAWI – HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS**

**OBSERVADORA: GUADALUPE VICTORIA ESTOFANERO ZÚÑIGA**

N° DE ORDEN	GRUPO EXPERIMENTAL	INDICADORES					OBSERVACIONES
		Les dices a los demás cuando han hecho algo que no te expresas halagos	Pensar en los demás antes que en ti mismo	Hacer algo para que Entender porque has fracasado	Decir lo que quieres hacer cuando los demás quieren hacer		
001	001						Esta persona si tiene un mejor manejo de su estrés, aun que cuando no lo soporta es explosivo y agresivo.
002	002						Esta persona, esta mejorando su manejo de estrés, cuando se siente de esta forma , tiende a escapar o explotar.
003	003						Esta persona tiene un control de estrés regular, altera sus emociones y escapa pero se pudo ver un cambio positivo.



004	004							Esta persona tiene un manejo de estrés pobre, no controla su carácter y escapa, avanza positivamente pero no mucho.
005	005							Esta persona, tiene un buen control de estrés, mide sus horarios aun que le cuesta decir no a las personas.
006	006							Esta persona si tiene un buen manejo de estrés, pero aun le cuesta sobrellevarlo, aunque fue un cambio positivo.
007	007							Esta persona tiene un mal manejo de estrés, fue mejorando pero poco, escapa sin decir nada y tiene frustración
008	008							Esta persona mejoro bastante su manejo de estrés, ya que antes explotaba y



								era agresivo , luego ya no.
009	009							Esta persona tiene un regular manejo de estrés, ya que si bien es cierto mejoró , se deprime y no puede salir .
010	010							Esta persona tiene un buen manejo de estrés , pero lo saca comiendo , cumple con sus obligaciones y no escapa.
011	011							Esta persona tiene un buen control de su estrés y domina sus emociones tuvo un gran avance.
012	012							Esta persona tiene un regular manejo de estrés, pero escapa de las cosas y muchas las deja sin concluir.
013	013							Esta persona tiene un regular manejo de estrés, escapa de las cosas y las deja sin concluir



<b>014</b>	<b>014</b>							<b>Esta persona tiene un regular control de estrés , ya que suele escapar de las situaciones en donde no se siente cómoda</b>
------------	------------	--	--	--	--	--	--	---



Fotografía N°1: Integrantes del grupo teatral Chaska Ñawi



Fotografía N°2: Presentación teatral en el Teatro Municipal



Fotografía N°3: Reconocimiento al grupo teatral Chaska Ñawi, Diario Correo



Fotografía N°4: Convenio con el Centro Peruano Norteamericano (CULTURAL) y el grupo teatral Chaska Ñawi



Fotografía N°5: Talleres de teatro para la mejora de habilidades sociales



Fotografía N°6: Teatro desde la radio. Onda Azul



Fotografía N°7: Conversatorio. El teatro Puneño en 5 actos.



FotografíaN°8: El elenco teatral Chaska Ñawi, después de un año de talleres