



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS
**RELACIÓN ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN
ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANDAHUAYLAS
2022**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR
BRENDA PAMELA PORRAS MEDINA

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR
DR. JOSÉ CARLOS APARCANA HERNANDEZ
CÓDIGO ORCID Nº 0000-0001-7398-6817

CHINCHA, 2023

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Dra. Juana Marcos Romero

Decana (a) de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que BRENDA PAMELA PORRAS MEDINA, estudiante de la Facultad de ciencias de la Salud, del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

TITULADO: "RELACIÓN ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANDAHUAYLAS 2022"

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el desarrollo de la investigación. Estoy remitiendo, conjuntamente con la presente los anillados de la investigación, con mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,



José Carlos Aparcana Hernández

Dr. APARCANA HERNANDEZ José Carlos
CODIGO ORCID: 0000-0001-7398-6817

DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, BRENDA PAMELA PORRAS MEDINA identificada con DNI N° 73668525, en mi condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: **“RELACIÓN ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANDAHUAYLAS 2022”**, declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría.
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

19%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 08 de Mayo del 2023



BACHILLER
BRENDA PAMELA PORRAS MEDINA
DNI: 73668525

DEDICATORIA

A nuestro Padre Celestial, A mis queridos padres: Rubén y María A mi pareja Jenaro, a mis hijos Mariana, Jenarito, Aarom y Kiam.

Pamela

AGRADECIMIENTOS

Mi reconocimiento y agradecimiento a la Universidad Autónoma de Ica por albergarme y darme la oportunidad de continuar con mi preparación profesional, así mismo a mi asesor, quien con su orientación y soporte pude llegar a culminar mi trabajo de investigación.

Así mismo, a los docentes y jóvenes estudiantes de la institución educativa participante de Andahuaylas por su colaboración incondicional.

Pamela

RESUMEN

En la investigación se plantea como objetivo general el determinar la relación entre estrés y habilidades sociales en los adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas del 2022.

Presenta un diseño no experimental de corte transversal descriptivo correlacional, para este trabajo se consideró la muestra de 117 estudiantes que cursan el quinto año de secundaria de una institución pública de Andahuaylas, aplicándose como instrumentos el “Test de Escala de apreciación del estrés” y la “Prueba Creativa de Habilidades Sociales”. En cuanto a los resultados se pudo determinar que el mayor porcentaje que afecta a los adolescentes es el estrés agudo episódico con el 46,2% y que los alumnos poseen habilidades básicas en un 51,3% y habilidades avanzadas en un 70,9%.

Se llegó a la siguiente conclusión: existe relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022; habiendo obtenido una correlación negativa conforme al Rho de Sperman de $-0,798^{**}$ que corresponde al nivel negativo considerable, además como el $\text{Sig.}=0,00$ es menor a $0,05$.

Palabras Claves: Estrés, habilidades sociales, adolescentes

Abstract

The general objective of the research is to determine the relationship between stress and social skills in adolescents of a public educational institution of Andahuaylas in 2022.

It presents a non-experimental design of cross-sectional descriptive correlational cross section, for this work the sample of 117 students in the fifth year of high school of a public institution of Andahuaylas was considered, applying as instruments the "Stress Appreciation Scale Test" and the "Creative Test of Social Skills". As for the results, it was determined that the highest percentage affecting adolescents is episodic acute stress with 46.2% and that students possess basic skills in 51.3% and advanced skills in 70.9%.

The following conclusion was reached: there is a relationship between stress and social skills in adolescents in a public educational institution in Andahuaylas 2022; having obtained a negative correlation according to Spearman's Rho of -0.798^{**} which corresponds to a considerable negative level, and also as the $\text{Sig.}=0.00$ is less than 0.05 .

Keywords: Stress, social skills, adolescents

ÍNDICE

| | |
|---|------|
| Portada | |
| Constancia de aprobación..... | ii |
| Declaratoria de autenticidad de la investigación..... | iii |
| Dedicatoria..... | iv |
| Agradecimientos | v |
| Resumen..... | vi |
| Abstract..... | vii |
| Índice general / Índice de tablas y de figuras | viii |
| I. INTRODUCCIÓN | 12 |
| II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 14 |
| 2.1. Descripción del Problema | 14 |
| 2.2. Pregunta de Investigación General..... | 16 |
| 2.3. Preguntas de Investigación Específicas..... | 16 |
| 2.4. Objetivo general y Específicos..... | 16 |
| 2.6. Justificación e importancia | 17 |
| 2.7. Alcances y Limitaciones..... | 19 |
| III. MARCO TEÓRICO | 20 |
| 3.1. Antecedentes | 20 |
| 3.2. Bases teóricas | 26 |
| 3.3. Marco conceptual | 37 |
| IV. METODOLOGÍA | 38 |
| 4.1. Tipo y nivel de la investigación | 38 |
| 4.2. Diseño de la Investigación | 38 |

| | |
|--|----|
| 4.3. Hipótesis general y específicas..... | 39 |
| 4.4. Identificación de las variables | 40 |
| 4.5. Matriz de operacionalización de variables | 41 |
| 4.6. Población – Muestra | 42 |
| 4.7. Técnicas de instrumentos de recolección de información..... | 44 |
| 4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos | 50 |
| V. RESULTADOS..... | 51 |
| 5.1. Presentación de Resultados | 51 |
| 5.2. Interpretación de Resultados | 51 |
| VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS..... | 58 |
| 6.1. Análisis inferencial | 58 |
| VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS..... | 62 |
| 7.1. Comparación de resultados | 62 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | 65 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 67 |
| ANEXOS | |
| Anexo 1: Matriz de consistencia | 77 |
| Anexo 2: Instrumento de recolección de datos | 78 |
| Anexo 3: Ficha de validación | 83 |
| Anexo 4: Base de datos | 85 |
| Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud | 86 |
| Anexo 6: Evidencia fotográfica..... | 87 |
| Anexo 7: Constancia de aplicación | 92 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1 Muestra de estudio..... | 43 |
| Tabla 2 Prueba de fiabilidad | 50 |
| Tabla 3 <i>Porcentaje de estudiantes según sexo</i> | 51 |
| Tabla 4 <i>Porcentaje de estudiantes según edad</i> | 51 |
| Tabla 5 Tipos de estrés en adolescentes de una institución educativa | 52 |
| Tabla 6 Nivel de habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa | 53 |
| Tabla 7 Nivel de habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa..... | 53 |
| Tabla 8 Nivel de habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa..... | 54 |
| Tabla 9 Prueba de normalidad de los datos de las variables..... | 58 |
| Tabla 10 Prueba de correlación entre el estrés y las habilidades sociales ... | 59 |
| Tabla 11 Prueba de correlación entre el estrés y las habilidades sociales básicas..... | 60 |
| Tabla 12 Prueba de correlación entre el estrés y habilidades sociales avanzadas..... | 61 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1 Tipos de estrés | 52 |
| Figura 2 Nivel de habilidades solociales | 53 |
| Figura 3 Nivel de habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa | 54 |
| Figura 4 Nivel de habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa..... | 55 |

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, una de las mayores afecciones emocionales a las que se enfrenta la población es el estrés, que no tiene una edad determinada para iniciarse en una persona, pudiendo también afectar directamente a los niños y adolescentes. La adolescencia por sí misma, puede ser un período angustiante en la vida de las personas, la expectativa de los padres, la presión social, los problemas interpersonales, la presión académica y las preocupaciones sobre el futuro, son alguna de las causas del estrés y en la actualidad la pandemia a la que nos enfrentamos, hace que el joven sea propenso a presentar estrés.

En la actualidad y de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estrés es una de las enfermedades modernas, que viene afectando con mayor frecuencia a la población mundial sin distinciones de estatus social, económico y grupo étnico.

El estrés no es sólo un problema que afecta a los adultos. También es dañino para niños y adolescentes por diferentes razones, puede ser una reacción a los cambios negativos en la vida de su hijo. En pequeñas cantidades, el estrés puede ser bueno. Pero demasiado estrés puede afectar la forma en que el adolescente piensa, actúa y siente, puede afectar en sus habilidades sociales o su rendimiento escolar. (Valero, 2014). La pandemia de COVID-19, el distanciamiento social, el confinamiento mediante, la cuarentena y ahora el retorno a las instituciones educativas viene generando cambios en los comportamientos propios del estrés que inciden en el bienestar psicológico.

Las habilidades sociales de un niño, se entienden como un conjunto de conductas y estrategias (aspectos conductuales), de pensamiento, como los aspectos cognitivos y perceptivos, así también los aspectos afectivos, que le permite relacionarse y resolver las dificultades que se les presenten. (Matson, 1995). En los jóvenes las habilidades sociales juegan un papel fundamental. Porque en esta etapa necesitan desarrollar su

personalidad, alejarse del núcleo familiar y acercarse a las relaciones. Es un ámbito comunitario y social y es la clave para la supervivencia tanto emocional como profesional. (Contini.Et.al., 2011)

La investigación tiene en cuenta para su desarrollo:

Capítulo I, Introducción, donde se contextualiza y se plantea la intensión de la presente investigación.

Capítulo II, Planteamiento del problema se presenta la realidad problemática, de la investigación de la tesis, luego la formulación del problema, el objetivo general y los específicos, se ha destacado la justificación e importancia de este estudio, así mismo se ha dado los alcances de la investigación y sus limitaciones.

Capítulo III, se presenta el marco teórico, se revisa los antecedentes nacionales e internacionales en función al tema de investigación, luego las bases teóricas en relación a las 2 variables, detallando sus respectivas dimensiones y finalmente se define a la identificación de las variables.

Capítulo IV, corresponde a la metodología, que se refiere al tipo y nivel de investigación, diseño de la investigación, operacionalización de variables, hipótesis general y específicos, se muestra también población- muestra, técnicas e instrumentos: validación y confiabilidad, recolección de datos técnicas de análisis e interpretación de datos.

El estudio se finaliza con las conclusiones y recomendaciones pertinentes al estudio, así mismo las referencias bibliográficas consultadas y sus anexos.

Es ante todo lo mencionado, se ha visto como una necesidad de realizar la presente investigación que nos permita determinar la relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del Problema

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estrés es una de las enfermedades modernas, que viene afectando cada vez con mayor frecuencia a la población mundial, sobre todo a los empleados del sector público y privado que trabajan bajo presión. (OMS, 2021)

A nivel internacional se reconoce que el estrés es un problema que puede afectar a los adolescentes. El estrés actúa como una respuesta a las condiciones externas que alteran el equilibrio y las emociones. Lo más importante para los adolescentes es aliviar el estrés porque puede afectar el rendimiento educativo, su estado emocional o en sus relaciones sociales, esto lo manifiesta Méndez en su investigación “Estrés en adolescentes que estudian” aplicado en México (Mendez, 2015) (p.56). De la misma manera la pandemia ha afectado la conciencia social, la que es esencial, para el éxito en la escuela, el trabajo y las relaciones personales. (Sahakian.et.al., 2021)

A nivel de Latinoamérica la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2022) ponen en manifiesto que en muchos países de Latinoamérica se han incrementado la tasa de síntomas depresivos, los pensamientos suicidas y en general el malestar psicológico, de acuerdo a estudios liderados por las universidades de Chile y Columbia, con la ayuda de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Así también la Organización de las Naciones Unidas (2021) por diversos factores las habilidades sociales se han visto afectas en su sano desarrollo, esto ha afectado sobre todo en niños menores de 14 años de acuerdo a los estudios ejecutados, del cual se obtenidos resultados como falta de empatía, autoeficacia y conflictos al interior de las aulas.

En el contexto nacional según el Ministerio de Salud (MINSA) afirma que el 52,2% de la población sufre estrés moderado a severo, principalmente

por el covid-19 y problemas de salud, económicos o familiares provocados por la pandemia. Los resultados fueron revelados por el Centro Nacional de Neurología y Psiquiatría (INSM) en el MINSA. Además de las cifras anteriores, una encuesta telefónica a 1.823 personas encontró que el 54,6% de la población peruana manifestó tener problemas para dormir.

El alto nivel de estrés es un factor de riesgo que puede provocar daños irreparables, en la nueva realidad que se vive en nuestro país tanto por la pandemia como por las consecuencias de esta, se ha visto incrementado el problema del estrés, el mismo que puede llegar a desencadenar tanto en problemas físicos, así también como los problemas conductuales (MINSA , 2021). Otro de los daños secundarios más importantes de la pandemia del COVID-19 es el deterioro de la calidad de vida de los jóvenes peruanos, provocando ciertos niveles de estrés, ansiedad, mayores niveles de miedo, confusión y pánico, como la detención social que se vivió.

En lo que se refiere a las habilidades sociales, en el Perú, el 70-90% por factores de la pandemia los adolescentes han tenido poca oportunidad de relacionarse socialmente, lo que no ha permitido proyectarse de manera asertiva mediante la planificación o adquisición de habilidades sociales. Sus patrones de comunicación están distorsionados, eliminando la posibilidad de desarrollar un comportamiento social apropiado para su edad. (Horizonte Médico, 2021)

En nuestra localidad, la DIRESA de Apurímac (2022), plantea tomar medidas preventivas por el incremento del estrés que se viene presentando en los últimos tiempos en nuestra región, el mismo que puede presentarse en diferentes etapas o edades. (DIRESA, 2022) Todo esto que se está reflejando a nivel nacional, ha afectado también en la ciudad de Andahuaylas, que no es ajena a esta problemática. Los adolescentes expuestos a factores estresantes tienen más probabilidades de desarrollar otros problemas de salud mental, como ansiedad, depresión, trastornos de adaptación, problemas familiares, de conducta, abuso de sustancias o problemas de pareja. Todo esto puede influir

en el desarrollo normal de las habilidades sociales de nuestros jóvenes, las mismas que podrían repercutir en su interacción social.

A nivel institucional de acuerdo a lo planteado, no se toman las medidas correspondientes por parte de los directivos de los centros educativos, tanto públicos como privados, los riesgos psicosociales pueden aumentar los niveles de estrés y provocar problemas de salud física y mental. Las reacciones psicológicas pueden generar un estado de ánimo bajo, poca motivación, agotamiento, ansiedad, depresión y pensamientos suicidas: así mismo esto se reflejará en un bajo rendimiento académico. Es por estas razones que se ha visto la necesidad de realizar la investigación sobre relación que existe entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

2.2. Pregunta de Investigación General

¿Cuál es la relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022?

2.3. Preguntas de Investigación Específicas

P.E.1: ¿Cuál es la relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022?

P.E.2: ¿Cuál es la relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022?

2.4. Objetivo general

Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022

2.5. Objetivos específicos

O.E.1: Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022.

O.E.2: Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022.

2.6. Justificación e importancia

Justificación

En cuanto a la Justificación Teórica, por el poco conocimiento de parte de los docentes, así como los padres de familia sobre el estrés y sus repercusiones en los adolescentes, de igual manera, el poco valor que se le da al desarrollo de las Habilidades Sociales, el mismo que puede ser afectado por la presencia del estrés (Esto se puede ver en la actualidad, a través de los noticieros a nivel nacional, con la agresión entre estudiantes) por lo tanto, la presente investigación brinda un mayor conocimiento sobre las variables del estudio, ya que se ha indagado sobre la información relevante, de diferentes bases de datos. Todo esto puede brindar a los docentes y padres una mayor información sobre el tema, para poder afrontar de mejor manera el estrés en los adolescentes, que se puede venir presentando en el marco del reinicio de las clases presenciales. De igual forma, los resultados obtenidos, dan una base a las autoridades educativas y de salud para tomar las medidas preventivas. (El Comercio, 2022)

Por otra parte, la Justificación Práctica nos indica, que por ser la adolescencia en sí misma, una etapa difícil y ante la nueva realidad que vivimos, se deben tomar medidas preventivas, para disminuir los riesgos del estrés escolar y la ansiedad por el futuro, como también enfrentan las dificultades que son algunas de las fuentes de estrés que pueden enfrentar los adolescentes. (Contini.Et.al., 2009)

Como estudiantes de una institución educativa pública de Andahuaylas presentan diferentes niveles de estrés, después de haber vivido todas condiciones propias de la pandemia, factor clave en el desarrollo de la presente investigación. Los resultados de esta investigación pueden dar a las autoridades una información base para tomar las medidas preventivas y así evitar mayores daños emocionales en los estudiantes y garantizar un adecuado desarrollo de sus habilidades sociales.

Por último, la Justificación Metodológica nos permite reconocer el tipo de investigación desarrollada, en la cual se da la aplicación de una investigación básica, descriptiva, correlacional no experimental. Esta nos permite lograr un diagnóstico de las variables y medir el nivel de asociación entre ambas, sin que estas sean manipuladas, lo que futuro se puedan ser desarrollas en otras investigaciones de mayor nivel de profundidad.

Importancia

Esta investigación presenta un diagnóstico de los niveles de estrés y el nivel de habilidades sociales que poseen los adolescentes. Así mismo permitirá determinar la relación entre las variables.

Los adolescentes, al igual que los adultos, pueden experimentar estrés a diario y pueden beneficiarse al aprender habilidades para manejar esta problemática. La mayoría de los adolescentes perciben la situación como peligrosa, difícil o dolorosa y experimentan más estrés si no tienen los recursos para enfrentarla. Algunos adolescentes se sienten abrumados por el estrés. Cuando esto sucede, el estrés mal manejado puede provocar ansiedad, aislamiento, agresión, enfermedad o malas habilidades de afrontamiento, como el consumo de drogas o alcohol.

Al tener el diagnóstico de la población estudiantil en la etapa de la adolescencia y su situación actual referente a su salud psicológica, permitirá en un futuro buscar las estrategias tanto personales como a nivel de las

instituciones sobre todo las de gestión pública, con el fin de brindarles una atención oportuna para darles mayor satisfacción educativa y que esto garantice un mejor rendimiento en su educación.

2.7. Alcances y Limitaciones

Alcances

Alcance social: Los individuos en la investigación son estudiantes de una institución educativa.

Alcance espacial o geográfica: La investigación se realizó en el distrito de Andahuaylas, provincia de Andahuaylas del departamento de Apurímac.

Alcance temporal: La investigación se realizó en el año 2022.

Alcance metodológico: La presente investigación tiene un alcance correlacional, el cual es definido por Hernández (2014), como del tipo que tiene como propósito llegar a medir el nivel de relación que exista entre dos o más variables, por ello esta se llevó a cabo en una institución educativa en la ciudad de Andahuaylas.

Limitaciones

Los estudiantes no mostraron mucho interés en participar con honestidad en las evaluaciones, para lo cual se sensibilizó a los jóvenes, dándoles una explicación de los beneficios para comprender el estrés y habilidades sociales.

Accesibilidad por parte de los docentes para facilitar la aplicación del test en sus horas de clase, para lo cual se realizó las coordinaciones con las autoridades de la institución educativa, quienes determinaron un horario apropiado para facilitar la evaluación, dio la misma que se dio de manera simultánea a los 117 estudiantes.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Internacional

Peña (2022) España Tesis Doctoral “Bienestar, estrés y habilidades sociales en estudiantes universitarios” El primer año de universidad significa un mayor nivel de estrés para muchos estudiantes, lo que puede afectar negativamente su bienestar y sus relaciones sociales. Por ello, la comunidad educativa ve la necesidad de implementar programas que ayuden a paliar estas dificultades y favorezcan la mejora del desarrollo personal y académico de los alumnos. Diseño preexperimental de un estudio de puntos pretest posttest de 64 estudiantes de primer año de cuatro departamentos de la UCM. Se concluyó que la implementación del programa fue exitosa, con un número adecuado de sesiones y herramientas efectivas para la medición de las variables. Algunas limitaciones del estudio son el gran tamaño de la muestra, la falta de un grupo de control y la baja variación en los métodos de recopilación de datos. Se realizaron adaptaciones al programa, como incluir un test fisiológico, reducir el tiempo de cada sesión y aumentar el número de animales y profesionales de IAA. Los resultados mostraron que Compludog fue eficaz para reducir el estrés cognitivo y fisiológico, al tiempo que mejoró las habilidades sociales y de bienestar recordadas en estudiantes universitarios de primer año.

Morales (2017) España “Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional”. El propósito de esta Investigación fue analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y los factores de autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. Se evaluaron diversas estrategias de afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. La muestra estuvo formada por 154 alumnos de Educación Juvenil Obligatoria (OPO) y de diversos ciclos educativos. Tuvo enfoques cuantitativo, descriptivo y transversal. Se aceptó un total de 860 encuestados. Los resultados no

mostraron una diferencia estadísticamente significativa entre los alumnos de ESO y los de Formación Profesional en ninguna de las variables estudiadas. Los estudiantes que utilizan estrategias de afrontamiento más productivas (solución activa, búsqueda de información y orientación y actitud positiva) obtienen puntuaciones más altas en las variables de autoconcepto académico, habilidades sociales e inteligencia emocional. También existen correlaciones inversas entre el autoconcepto académico y la estrategia de indiferencia; y entre la inteligencia emocional (reparación emocional) y la conducta agresiva. Ciertas dimensiones de las habilidades sociales y la autoestima tienen efectos directos positivos en las estrategias productivas de afrontamiento, Información y directrices; Efectos directos negativos de las habilidades sociales y la autoestima sobre las estrategias de afrontamiento contraproducentes (habilidades sociales sobre el comportamiento agresivo y autoconcepto físico sobre el comportamiento evitativo).

Lima (2021) de Málaga en su investigación sobre los la Evaluación del estrés cotidiano en adolescentes. El objetivo de este estudio fue desarrollar el ASQ-S y evaluar su psicometría: integridad estructural, invariancia de medición entre muestras, confiabilidad y validez. Las pruebas psicométricas son un proceso en el que se prueba la confiabilidad y validez de una herramienta mediante la realización de una serie de pruebas en un grupo definido de personas a las que está destinada una herramienta. La metodología utilizada fue básica, aplicada, descriptiva. Como resultado se presentó que el índice de mayor frecuencia está en el estrés cotidiano, resultado logrado a través de la prueba ASQ-14 planteándose que este tipo de estrés puede afectar su normal desempeño educativo.

Pérez (2018) en su investigación sobre el “Nivel de habilidades sociales en adolescentes del colegio Monte Carmelo de Guatemala”. El objetivo era determinar el Nivel de habilidades sociales en adolescentes del colegio Monte Carmelo de Guatemala. La muestra está formada por 25 jóvenes de 14 a 17

años, 6 de los cuales son mujeres y 19 personas. Para ello se administró la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismo E. (2000). Después de calificar los instrumentos, los resultados se muestran gráficamente y se analizan en relación con los resultados de los autores citados antes del trabajo de campo. En resumen, el 72% de los adolescentes de los colegios de Monte Carmelo presenta habilidades sociales adecuadas, siendo las habilidades más desarrolladas la autoexpresión en situaciones sociales, hacer demandas, rechazar y terminar interacciones; el menos desarrollado fue la interacción positiva con el sexo opuesto. y defender sus derechos como consumidores. Se llega a concluir que el 72% de los adolescentes del colegio cuentan con un nivel adecuado de habilidades sociales; a diferencia de nuestra investigación que la mayoría de adolescentes tienen moderadas habilidades sociales.

Nacionales

Guevara (2021) “Estrés académico y habilidades sociales durante la enseñanza remota en estudiantes del primer semestre de Senati – Chiclayo” El propósito del estudio fue determinar la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales en la educación a distancia en estudiantes de primer semestre del SENATI en Chiclayo. Metodológicamente, es un tipo básico de investigación, métodos cuantitativos, diseño no experimental, transversal y correlacional. Además, las pruebas son 158 alumnos estudian en el primer semestre. Los hallazgos clave muestran una correlación entre el estrés académico y las habilidades sociales. El coeficiente Rho de Spearman para social fue $-.626$; además, se determinó que el 48.7% de los encuestados presentaba un nivel normal de estrés académico, y finalmente, el 55,1% de los estudiantes presenta un nivel normal de habilidades sociales.

Torres (2022) en su tesis “Niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes de 15 a 17 años, en la unidad educativa Palora – Ecuador” Diseñado para vincular los niveles de estrés de los adolescentes y las

habilidades sociales. El tipo de estudio fue transversal, con un diseño correlacional, participaron 150 estudiantes de 15 a 17 años que utilizaron la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein y la Escala de Estrés Académico SISCO. Los resultados mostraron que no existe una relación significativa entre el estrés y las habilidades sociales obtenidas mediante la prueba estadística chi-cuadrado de Pearson, pero al analizarlas en diferentes dimensiones sí existe una relación entre las primeras habilidades sociales, las habilidades sociales avanzadas, las habilidades sociales alternativas de agresión, las habilidades sociales para enfrentar el estrés y habilidades sociales para planificar y regular los niveles de estrés en los jóvenes de un departamento de educación en Palola, Ecuador.

Estela (2019) “Relación de estrés con las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad pública de Lima Metropolitana 2017”, con una muestra de 231 estudiantes teniendo como finalidad de la investigación determinara cuantitativa siendo el propósito de la investigación evaluar la relación de estrés con las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad pública de Lima Metropolitana, donde se aplica un método cuantitativo con diseño descriptivo - correlacional . Los resultados obtenidos muestran que el 45.9% de los estudiantes están de vez en cuando estresados, mientras que el 41.1% casi nunca están estresados, asimismo, respecto a las habilidades sociales el 66.7% tienen buen nivel de habilidades sociales; concluyendo que la asociación entre estrés y las habilidades sociales es baja en correlación; a diferencia de nuestra investigación cuya relación entre estrés y habilidades sociales es significativa, quiere decir a mayor nivel de estrés menor será sus habilidades sociales básicas o a la inversa.

González (2018) en su investigación sobre las “Habilidades sociales y ansiedad en los estudiantes de nivel secundaria de la corporación educativa Guadalupe de Mala” donde la población estuvo conformada por 187

estudiantes. Busca determinar la relación entre Habilidades sociales y ansiedad en los estudiantes de nivel secundaria de la corporación educativa Guadalupe de Mala. El método utilizado fue hipotético-deductivo, el tipo de investigación se basó en niveles relevantes y se utilizaron métodos cuantitativos, el diseño fue no experimental y de corte transversal. La población es de 187 Estudiantes de secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe, muestra 126, el tipo de muestreo es de tipo probabilístico. El método de recolección de información fue una encuesta, y el instrumento de recolección de datos fue un cuestionario con calificaciones de expertos y confiabilidad determinada por las estadísticas de confiabilidad alfa de Cronbach de 0.937 para el cuestionario de habilidades sociales y 0.801 para el cuestionario de ansiedad. Se llegó a las siguientes conclusiones: existe relación significativa, negativa muy débil entre las variables habilidades sociales y ansiedad; con respecto a las dimensiones habilidades sociales avanzadas y ansiedad, se concluye que, existe relación significativa negativa débil y en relación existe relación significativa negativa muy débil entre la dimensión habilidades alternativas y la agresión y ansiedad; estos resultados se traducen que mayor desarrollo de las habilidades sociales menores del nivel de ansiedad en los estudiantes; a diferencia de nuestra investigación que muestra que indica que si hay una relación significativa.

Pérez (2019) realizó una investigación en “Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho”, llevada a cabo en la Universidad Inca Garcilaso De La Vega. La metodología utilizada es descriptiva y diseño no experimental y tiene como finalidad definir el nivel de Habilidades sociales 54 estudiantes (30 mujeres y 24 hombres) del 1° a 5° de Secundaria (secciones únicas) de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho, Entre los resultados se tuvo que un 44.44 % corresponde a un nivel “Deficiente” y un 14.81% corresponde a un nivel “Bajo”, con respecto a las habilidades sociales. En los siguientes IV factores, se muestran estos mismos resultados; por ello

se realiza un programa de intervención con el propósito e intención de poder acrecentar los resultados de manera positiva en los alumnos en dicha institución.

Lapa (2019) realizó una investigación en “Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Martín de Pangoa, 2019” llevado a cabo en la Universidad Peruana los Andes. El estudio se basa en un estudio de base, nivel descriptivo, diseño correlacional, patrón de muestreo intencional no probabilístico con criterios de inclusión y exclusión, donde se planteó como objetivo principal el determinar la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales de estudiantes de secundaria de instituciones públicas cercanas a San Martín de Pangoa. La muestra estuvo conformada por 121 estudiantes de 12 a 17 años que Herramienta: Escala de rendimiento de ansiedad infantil CMAS-R (revisada) y Escala Social Skills (EHS), dos herramientas ajustadas según criterio del jurado, concluyendo que existe una débil relación inversa entre la ansiedad y las habilidades sociales, lo que permitiría desarrollar programas de entrenamiento en habilidades sociales y de afrontamiento adecuado para la ansiedad.

Iman (2019) “Habilidades Sociales En Estudiantes Del Sexto Grado De Primaria De Una Institución Educativa Pública Del Callao” Su principal objetivo es determinar en qué medida se desarrollan las habilidades sociales de los estudiantes de Sexto grado de primaria en un establecimiento público del Callao. El estudio fue de tipo descriptivo simple y diseño no experimental. Este estudio fue bajo la teoría de Goldstein (1978), pero ha sido modificado para Perú por Ambrosio Tomás Rojas (1994-1995). La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de ambos sexos (65 varones y 55 niñas) entre las edades de 11 y 12 años, y los resultados mostraron que el nivel educativo promedio entre los estudiantes, el nivel bajo es de 30,83%, 48,33% medio y 20,83% alto,

concluyendo que casi la tercera parte de la muestra presenta un bajo nivel de desarrollo de habilidades sociales.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Estrés

3.2.1.1. Conceptualización del estrés

De acuerdo a Selye (1935) quien es considerado como el padre del estrés, lo plantea como las situaciones, contingencias o contratiempos, como las relaciones personales y profesionales que encontramos en nuestras vidas, que observamos de manera consciente o inconsciente. Así también lo percibimos como amenazas, dificultades, entre otros. En resumen, aquellos hechos de nuestra vida, que vemos como algo negativo.

El estrés es la respuesta orgánica ante situaciones que se perciben como amenazantes o excesivamente exigentes. Entonces podemos decir que depende de las necesidades del entorno (externo e interno) para la gente (Barrio.et.al., 2006).

Una de las enfermedades del comportamiento humano que viene afectando cada vez más es el estrés, Yáber (2007), describe al estrés como un sentimiento que provoca tensión física o emocional, esto puede provenir de cualquier situación o pensamiento que haga sentir a la persona frustrada, furiosa o nerviosa. A partir de lo citado podemos sostener que el estrés a menudo proviene de fuentes externas (como la familia, los amigos o la escuela), pero también puede provenir de adentro. La presión que nos ponemos a nosotros mismos puede ser enorme porque a menudo hay una discrepancia entre lo que pensamos que deberíamos estar haciendo y lo que realmente hacemos en la vida.

Para Duran (2010) el estrés surge como una respuesta del cuerpo, es el producto de algún estímulo negativo y, a menudo, funciona de manera adaptativa. Asimismo, afirma que el estrés no siempre es algo negativo, sino que puede considerarse un proceso corporal normal, siempre que las respuestas producidas por los estímulos no se presenten de forma patológica.

El estrés puede afectar a cualquiera que se sienta abrumado, incluso a los niños. En los preescolares, la separación de los padres puede causarles ansiedad. Las presiones académicas y sociales (especialmente las tareas "adecuadas") pueden crear estrés a medida que los niños crecen. Muchos niños están tan ocupados que no tienen tiempo para juegos creativos o para relajarse después de la escuela. Los niños que se quejan de la cantidad de actividades a las que asisten o se niegan a asistir pueden significar que están demasiado ocupados.

El estrés se presenta con la reacción del cuerpo ante un desafío o demanda. Los riesgos psicosociales en la actualidad pueden surgir o verse agravados como consecuencia de la crisis de la COVID-19, en el caso de los adolescentes, puede ser una de las causantes del estrés el reinicio de clases presenciales, que después de mucho tiempo de reclusión necesaria por el problema de la pandemia, los jóvenes se pueden ver afectados sobre todo en sus habilidades sociales, ya estas son las que nos permiten mantener una adecuada relación interpersonal e incluso resolver de manera adecuada los problemas o dificultades de la vida cotidiana (Yáber G.Et.al, 2007).

Uno de los principales factores psicosociales, está representado por el estrés, definido por la Organización Mundial de la Salud, citando a Hugo et,al. (2014) como las reacciones fisiológicas que preparan al organismo ante una la acción negativa. De acuerdo a la opinión de Sweeney (2013) y Pérez et,al. (2014) es una reacción no específica del organismo ante cualquier situación o cambio que se genere en este, a consecuencia de acontecimientos positivos o negativos (Hugo, 2014).

Regueiro (2014) define el estrés como una respuesta fisiológica de un organismo en el que los mecanismos de defensa operan en una situación percibida como amenazante. El estrés se convierte en una respuesta natural y necesaria a nuestra existencia. Cuando la respuesta natural se produce de forma excesiva, se produce una sobrecarga de estrés que puede afectar al organismo provocando la aparición de enfermedades o anomalías en el

organismo que impiden el normal crecimiento y funcionamiento del organismo (Regueiro, 2014).

También se puede considera como base teórica de base se ha considerado a Lyle, et al., (2004) quienes definen al estrés como el proceso por el cual se desencadenan un estado psicológico de malestar en la persona a consecuencia de un conjunto de hechos o episodios que se perciben como una amenaza o un peligro, esto puede afectar emocional o físicamente en el individuo. Para su evaluación en adolescentes se basa en la teoría de la Adaptación española de la escala de manifestaciones de estrés del Student Stress Inventory (SSI-SM) (Escobar.et.al., 2011) FALTA

3.2.1.1. Estrés Educativo

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), estrés educativo se define como un conjunto de respuestas emocionales, psicológicas, cognitivas y conductuales a demandas con las exigencias educativas que no tienen nada que ver con los conocimientos y habilidades de los estudiantes para funcionar de manera óptima, sino más allá capacidad cognitiva y/o educativa.

3.2.1.2. Tipos de Estrés

De acuerdo con Regueiro (2014) plantea la existencia del estrés positivo/bueno o “Eustrés” y estrés negativo/malo o “Distrés”.

Eustrés: Regueiro (2014) nos menciona que este tipo de estrés:

-Provoca la activación adecuada, mostrada como una motivación necesaria para triunfar en una prueba, desafío o situación compleja. En muchos casos, esta activación es normal y deseable en determinadas situaciones, como competencias deportivas o hablar en público.

-Nos permite adaptarnos positivamente y estimularnos, lo cual es necesario para el desarrollo de la vida en una dirección positiva.

-Es tensión positiva. Ocurre cuando hay un aumento de la actividad física, el entusiasmo y la creatividad.

El estrés no siempre es malo, todos tenemos un poco de estrés todo el tiempo, pero demasiado estrés puede causar un trastorno de ansiedad. No es bueno cuando interfiere cada vez más con otras áreas de nuestras actividades diarias.

Distrés: Así también, se menciona que el Distres:

-Es un estrés desagradable que exige demasiado esfuerzo en comparación con la carga emocional que presenta.

-Produce activación psicofisiológica excesiva e insuficiente del organismo.

-Causar daños, sufrimientos y desgastes personales a nivel emocional.

El estrés es parte de la vida cotidiana y en las diferentes edades de las personas, las situaciones que nos causan estrés una y otra vez no desaparecerán, lo que tenemos que hacer es aprender a identificarlo y combatirlo. Un nivel tolerable (Regueiro, 2014)

3.2.1.3. Causas del estrés

Las diversas situaciones en las que se desenvuelve el ser humano puede desencadenar en una sobre carga de emociones que configura el estrés según Duran, (2010) argumenta que el estrés se deriva de situaciones ajenas a la persona, pero que es un proceso en el que interactúan dos circunstancias ambientales y respuestas cognitivas, emocionales y físicas que plantea cada persona.

Las causas del estrés pueden dividirse en:

-Fisiológico o biológico: se asocia al desgaste físico, puede provocar enfermedades, disminución de la adaptabilidad y evidentemente afecta el paso del tiempo y también demuestra que se necesita esfuerzo, más esfuerzo para realizar cualquier tarea, aumentando la tendencia al estrés.

-Psicológico: Derivado de diversos hechos humanos, así como de relaciones interpersonales conflictivas o condiciones laborales decepcionantes.

-Social: El estrés muchas veces depende de las características socioculturales del lugar en el que vive (no afecta a todos por igual), así como de los diferentes

tipos de personalidad; Cada cultura tiene un patrón diferente de respuesta a los eventos o situaciones que surgen. (Duran, 2010)

3.2.1.4. Consecuencias del estrés

Gaspirc, (2016) Desde una perspectiva social más amplia, se puede entender que el estrés está íntimamente relacionado con problemas económicos, políticos, sanitarios y sociales, sobre todo, es en realidad condicional, por otro lado, implica el hecho de que tiene como consecuencia respuestas fisiológicas del estrés, ocurre con el comportamiento y los cambios en el estado psicológico, así como con los cambios en la salud humana, evidentes a nivel individual, organizacional o ambos.

En el contexto educativo, las consecuencias más inmediatas se reflejan en los fenómenos tales como:

- Dificultad y deterioro en el rendimiento académico
- Incremento en el absentismo educativo
- Incremento en excusas para abandonar las clases o escuela
- Disminución en el compromiso con sus actividades académicas
- Incremento de los conflictos interpersonales
- Disminución en la capacidad de concentración
- Dificultad en la atención
- Desorientación
- Incremento en la sensación de olvido
- Intolerancia y mal carácter
- Dificultades de relación con los compañeros
- Depreciación de la calidad del producto educativa.

3.2.1.5. El estrés en los adolescentes

La revista médica American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (2020) da una explicación sobre el estrés en los adolescentes, en la cual indica que al igual que los adultos pueden experimentar esta afección de manera diaria. La mayoría de los adolescentes se sienten más estresados cuando ven

que una situación es peligrosa, difícil o dolorosa y no tienen los recursos para manejarla (AACAP, 2020).

Algunas fuentes potenciales de estrés en los adolescentes incluyen:

- Las necesidades y preocupaciones de la escuela
- Pensamientos y sentimientos negativos sobre ellos.
- Los cambios en su cuerpo
- Los problemas con amigos y/o amigos en la escuela
- Cuando viven en una zona/barrio peligroso
- Cuando los padres se divorcian o se separan
- Las enfermedades crónicas o problemas familiares graves
- La muerte de un ser querido
- El mudarse o cambiar de escuela
- Demasiadas expectativas
- Los problemas económicos familiares.

Algunos adolescentes sufren de estrés emocional. Cuando esto sucede, los trastornos no tratados pueden provocar ansiedad, abstinencia, agresión, enfermedad física o conductas adictivas como las drogas y/o el alcohol. (AACAP, 2020).

De igual manera Arteaga (2005) en su estudio realizado sobre el “Estrés en Adolescentes” plantea que este síntoma se presenta ante cualquier situación que les produzca temor, dificultad o sea dolorosa, la cual les sea difícil de enfrentar o afrontar.

Durante esta etapa de desarrollo, el individuo está sujeto a muchas influencias físicas, psicológicas y sociales, por lo que aquí hay una lista de factores estresantes comunes en la adolescencia como: la pubertad, cambios hormonales, susceptibilidad genética a enfermedades, aumento del deseo sexual, cambios en la independencia y dependencia en la relación con los padres, cambios en las actitudes de los padres hacia los adolescentes, desarrollo de nuevas habilidades cognitivas, expectativas culturales y sociales, roles de género, presión de otros adolescentes, psicología de los padres, transferencia de escuelas, familias que se mudan, discordia y divorcio de los

padres de las familias, encuentros con el gobierno, abuso, sexo, hospitalización, enfermedad somática, entre otros aspectos.

Dentro de las afecciones que genera el estrés son la depresión, el abuso de sustancias tóxicas, trastornos alimenticios. De igual manera, provocan alteraciones en el desarrollo de los adolescentes. (Arteaga, 2005)

3.2.2. Habilidades sociales

3.2.2.1. Conceptualización de las habilidades sociales

Muchos autores definen a las habilidades sociales, pero Santos y Lorenzo (1999) realizan una compilación llegando a definir que las habilidades sociales son conductas aprendidas y socialmente aceptadas que permiten la interacción con los demás. Estas son las herramientas conductuales necesarias para alcanzar los objetivos. Combinan aspectos observables y aspectos de las propiedades cognitivas y afectivas que no pueden observarse directamente. La evaluación, interpretación y entrenamiento de las habilidades sociales debe ser adecuada al contexto social.

De acuerdo Dongil y Cano (2014) investigadores de la Sociedad Española para estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS), Las Habilidades Sociales son consideradas como el conjunto de capacidades interpersonales, por el cual los seres humanos podemos hacer conexiones para comunicarse apropiadamente con otros, así también capaces de expresar lo que sentimos, dar una opinión, manifestar un deseo o dar a conocer una necesidad. Estas habilidades difieren de acuerdo al contexto o situación. Cuando están presente en la persona de forma natural, no experimenta estrés, ni ansiedad o cualquier otra emoción negativa (Cano, 2014).

“Las habilidades sociales no son sólo los componentes verbales y no verbales involucrados en los procesos cognitivos, es también un proceso interactivo de conductas adecuadas que se debe presentar en los grupos sociales” (Kelly, 1992).

“Es un conjunto de conductas que emanan de un individuo en un entorno interpersonal para expresar sus sentimientos, actitudes, deseos,

opiniones o derechos de manera adecuada a la situación, respetando aquellas conductas de los demás, y en general dirigiéndose a el problema en cuestión, mientras Minimiza la posibilidad de problemas futuros” (Caballo, 1988).

3.2.2.2. Las habilidades sociales en el contexto escolar

Para Rodríguez (2016) la escuela, después de la familia, es el segundo lugar de socialización de los niños. En él, el niño amplía su mundo social y la capacidad de perseguir aprendizajes de HH.SS. La enseñanza del Comportamiento Social en la Escuela, incluso si es intencional o no intencional, como parte del currículum, juegan un papel importante en este proceso de enseñanza, entre los cuales destaca los siguientes aspectos:

-Maestro: Servir como modelo para el comportamiento social. Sus actitudes y características personales están relacionadas con el comportamiento de los estudiantes.

-Organización escolar: Situación de la escuela y de la clase, espacio libre, distribución de niños y profesores, número de alumnos por clase, tamaño de la escuela.

-Grupos de pares: Porque brinda a los niños la capacidad de aprender normas sociales, distinguir entre comportamientos apropiados e inapropiados, entenderse entre sí y formar HH.SS. La aceptación o el rechazo de los compañeros está asociado con diferentes tipos de comportamiento, inhibición y agresión (Rodríguez, 2016).

3.2.2.2. Habilidades sociales en adolescentes

De acuerdo al Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares del MINSA (2005), estas son consideradas dentro de las inteligencias múltiples, cuyo desarrollo permite disfrutar la vida de mejor manera, tanto de forma sana y feliz.

Desde el punto de vista de la salud, las habilidades sociales ayudan a los adolescentes a desarrollarse como mejores personas y enfrentar los desafíos de manera efectiva, esto también fomenta la ventaja competitiva

necesaria para una transición exitosa, llegar saludables hacia la madurez y promover la comprensión, el control de las emociones y afrontar la presión de los compañeros. Se ha demostrado que es eficaz para promover comportamientos deseables como la socialización, mejor la comunicación, toma de decisiones efectiva y resolución de disputas. (MINSa, 2005).

El manual destaca el desarrollo de cuatro aspectos fundamentales tales como:

-Comunicación: La comunicación es algo más que decir o escuchar algo. En un sentido más profundo, significa 'compañerismo' en el que se comparten ideas y sentimientos en un ambiente de beneficio mutuo. El término proviene del latín *communicare*, que significa "compartir". En un mayor sentido, la comunicación se entiende como el compartir y regalar un poco de lo que se tiene (MINSa, 2005).

-Autoestima: La autoestima es el valor que te das a ti mismo, a tu vida y a la vida de los demás, en todas las características físicas, mentales y espirituales que nos hacen desarrollar la personalidad. Un buen nivel de autoestima permite quererse, apreciarse y respetarse, eso es lo que pasa construyéndose o reconstruyéndose el interior. Esto también depende de los antecedentes familiares, sociales y educativos que se introducen estas habilidades y los estímulos que proporcionan (MINSa, 2005).

-Control de la ira: La ira tiene un tremendo poder destructivo. Es la causa de muchas tragedias irreversibles. Hay mucha gente porque un minuto de ira arruinó un proyecto, una amistad o una familia. Por ello, se debe aprender a controlar la ira de la mejor manera para evitar sus consecuencias nocivas. Controlar la ira y sus manifestaciones en el comportamiento agresivo es esencial para una interacción social positiva. La ira en sí misma no es ni buena ni mala. Cuando es controlado y dirigido, puede ser beneficioso y cuando no, es dañino. Es imposible no sentirse enojado nunca; El problema es que vives con estos sentimientos por costumbre y muchas veces se vuelven violentos (MINSa, 2005).

-Valores: La moralidad se define por un conjunto de factores normativos que conducen a un individuo a lo que "debe hacer según su conciencia". No se trata de hábitos, de lo que hacen o deben hacer, sino de lo que consideran sus deberes. Los valores son parte de las cosas, acciones y actitudes que las personas buscan como objetos de valor. En esta categoría también están la salud, el amor, la virtud, la belleza, la inteligencia, la cultura, etc. Así, según Garza & Patiño, los valores "son todas las cosas a las que aspiramos, deseamos y valoramos, ya sean cosas concretas o ideales abstractos que motivan y dirigen los esfuerzos de las personas en una determinada dirección" (MINSA, 2005).

3.2.2.3. Dimensiones de las Habilidades Sociales

Para el interés de la investigación se considera la propuesta de las dimensiones de (Rodríguez, 2016) siendo estas las siguientes:

Habilidades sociales básicas: Son las primeras habilidades sociales que se deben aprender para iniciar una relación social (Rodríguez, 2016).

- Saber escuchar
- Iniciar una conversación
- Mantener una conversación
- Formular una pregunta
- Saber dar las gracias
- Presentarse ante otros
- Presentar a otras personas
- Dar un cumplido

Habilidades sociales avanzadas: Las habilidades sociales avanzadas son un aspecto fundamental del desarrollo infantil. Se da posteriormente a las habilidades básicas, el niño puede conectarse con sus compañeros, expresar emociones y experiencias que comienzan a permanecer independientes, ya sea en autocuidado, que son las condiciones que crean para que los niños se relacionen adecuadamente en su entorno, permite pedir ayuda, participar, dar instrucciones seguir pautas, disculparse y convencer a otros, por ejemplo:

- Saber pedir ayuda
- Participar en actividades
- Dar instrucciones a los demás
- Seguir instrucciones
- Saber disculparse ante otros
- Convencer a los demás para el logro de un objetivo

3.3. Marco conceptual

Ansiedad: El sentimiento subjetivo de ansiedad y miedo que acompaña a los síntomas físicos como dificultad para respirar, temblores, palpitaciones, palpitaciones, etc., que se producen sin que exista un estímulo externo claro que los provoque. O los estímulos discretos tienden a producir una respuesta tan exagerada en la mayoría de las personas (Caballo, 1988).

Autoestima: El auto juicio que las personas hacen sobre sí mismas. Atención: La capacidad cognitiva posibilita la relación de un organismo con su entorno a través de tres funciones básicas: alerta, orientación y función ejecutiva (resolución de conflictos) (Contini.Et.al., 2011).

Asertividad: Se refiere a la capacidad de decir lo que se quiere decir de forma clara, franca y directa, sin herir los sentimientos ajenos ni desvalorizar a los demás, y únicamente defendiendo los derechos de la persona humana como persona. (Contini.Et.al., 2011).

Capacidad de escucha: Quiere decir que la persona escucha y comprende al interlocutor, esto se da por el interés que se pone, comprender lo que la otra persona quiere decir y transmitir su mensaje. (Contini.Et.al., 2011).

Capacidad de comunicar emociones y sentimientos: Puede expresar sus sentimientos a los demás de manera precisa, ya sean positivos o negativos. (Contini.Et.al., 2011).

Depresión: Es un síndrome que se caracteriza por una profunda tristeza o desinterés por todo lo que le rodea. A menudo se acompaña de otros síntomas, como pérdida de energía, apetito o dificultad para dormir. Culpa, vergüenza, pesimismo patológico, etc. (Association, 2019).

Estrés: sentimiento subjetivo de tensión psicológica. Por lo general, es causado por una sobre estimulación y, a menudo, se acompaña de ansiedad. (Arcia S. D., 2016).

Empatía: La capacidad de colocarse en la posición del otro.

Inteligencia emocional: La emocional es la capacidad social de una persona para manejar sus emociones y sentimientos, distinguirlos y utilizar este conocimiento para dirigir sus pensamientos y acciones. (Mayer, 1990)

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de la investigación

La investigación corresponde al enfoque cuantitativo se caracteriza por recopilar y analizar datos cuantitativos sobre las variables, y se estudian propiedades y fenómenos cuantitativos. Las técnicas analíticas incluyen: análisis descriptivo, análisis exploratorio, inferencia univariante, inferencia multivariante, modelado y varianza. (Cabezas.Et.al., 2018)

En cuanto al tipo esta es básica sustantiva ya que no habrá ninguna manipulación de las variables, se limitará simplemente recoger la información y relacionarla entre variables, prospectiva porque busca recabar información en cuanto a los acontecimientos ocurridos en las variables propias de la población, llegando a darse tanto de manera individual o de manera agrupada. (Hernández.Et.al., 2014).

En lo que refiere el nivel es correlacional ya que se busca describir la relación entre las variables planteadas en una situación específica buscando correlación de las hipótesis otorgándole un grado de acuerdo a su relación. (Mendoza, 2017)

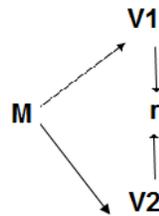
Asimismo, esta tesis es de tipo prospectiva de corte transversal se define como un tipo de estudio observacional que analiza datos variables recopilados durante un periodo tiempo de una muestra o subgrupo de población predefinido. (Hernández.Et.al., 2014).

4.2. Diseño de la Investigación

Así mismo, el estudio de investigación tiene un diseño no experimental, de corte transversal, descriptivo correlacional; descriptivo porque busca descubrir nuevos hechos y significados de una investigación; correlacional porque pretende medir dos variables. (Cabezas.Et.al., 2018).

Según Moreno y Carrillo (2019) plantean que el diseño es No Experimental de corte transversal porque no se le da seguimiento. La comunidad o su muestra representativa es investigada en momentos específicos, se da la valoración a las variables en un momento determinado, asegurándose que la muestra que seleccione represente la población que se está estudiando y que estos sean evaluados una sola vez y posteriormente se realiza el análisis de los datos evaluados.

El diagrama de este estudio será el siguiente:



Donde:

M: muestra de estudio

V1: estrés

V2: habilidades sociales

r: relación entre las variables de estudio

4.3. Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

Existe relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022

Hipótesis específicas

H.E.1: Existe relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022

H.E.2: Existe relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022

4.4. Identificación de las variables

Variable 1: Estrés

Dimensión

Estrés (unidimensional)

Variable 2: Habilidades Sociales

Dimensión

-Habilidades básicas

-Habilidades avanzadas

4.5. Matriz de operacionalización de variables

| VARIABLE | DIMENSIONES | INDICADORES | ITEMS | ESCALA DE VALORES | NIVELES Y RANGOS | TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICO |
|--|----------------------------------|--|--------|---|--|------------------------------|
| VARIABLE 1 ESTRÉS | Estrés (unidimensional) | <ul style="list-style-type: none"> • Preocupación permanente • Pensamientos negativos • Inquietud y nerviosismo • Evaluación negativa de sí mismo • Dolores de Cabeza • Dolores musculares | 1 - 30 | 120-90 estrés alto 89 – 60 estrés moderado 59 – 30 estrés bajo 29 - 0 no presenta estrés | <ul style="list-style-type: none"> • Nada = 0 • Un Poco = 1 • Moderadamente = 2 • Bastante = 3 • Mucho o extremadamente = 4 | Ordinal |
| VARIABLE 2 HABILIDADES SOCIALES | • Habilidades sociales básicas | <ul style="list-style-type: none"> • Saber escuchar • Iniciar una conversación • Mantener una conversación • Formular una pregunta • Saber dar las gracias • Presentarse ante otros • Presentar a otras personas • Dar un cumplido | 1 - 25 | 51 a 100 Posee Habilidades Básicas 25 a 50 Posee Regularmente Habilidades Básicas 10 a 24 Posee Pocas Habilidades Básicas 0 a 9 No Posee Habilidades Básicas | <ul style="list-style-type: none"> • Me sucede MUY POCAS veces = 1 • Me sucede ALGUNAS veces= 2 • Me sucede BASTANTES veces= 3 • Me sucede MUCHAS veces= 4 | Ordinal |
| | • Habilidades sociales avanzadas | <ul style="list-style-type: none"> • Saber pedir ayuda • Participar en actividades • Dar instrucciones a los demás • Seguir instrucciones • Saber disculparse ante otros • Convencer a los demás para el logro de un objetivo | 1 - 25 | 51 a 100 Posee Habilidades Avanzadas 25 a 50 Posee Regularmente Habilidades Avanzadas 10 a 24 Posee Pocas Habilidades Avanzadas 0 a 9 No Posee Habilidades Avanzadas | | |

4.6. Población – Muestra

Población

De acuerdo con Arias et al. (2016) "una población es el conjunto de objetos de estudio que son elegidos para llevar a cabo una investigación que concuerdan con una serie de especificaciones" (p. 202).

Para la presente investigación se incluyeron 132 estudiantes de 5to año de secundaria divididos en 5 secciones de la "A" a la "E" de la Institución Educativa del distrito Andahuaylas de la provincia de Apurímac.

Muestra

La muestra se determina a través de la ecuación de poblaciones finitas:

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{(N - 1) * e^2 + Z^2 * P * Q}$$

La muestra queda conformada con 117 estudiantes pertenecientes a una institución educativa pública de Andahuaylas.

Tabla 1

Muestra de estudio

| Grado y sección | Numero de estudiante | Frecuencia porcentual 88.6% |
|-----------------|----------------------|-----------------------------|
| 5"A" | 27 | 24 |
| 5"B" | 27 | 24 |
| 5"C" | 27 | 24 |
| 5"D" | 26 | 23 |
| 5"E" | 25 | 22 |
| Total | N= 132 | n=117 |

Elaboración Propia

Criterio de inclusión

- Estudiantes matriculados en el nivel secundaria en sistema de SIAGIE MINEDU, en el año académico 2022, en el colegio Belén de Osma y Pardo.
- Estudiantes de nivel secundario.
- Estudiantes de sexo masculino y femenino.
- Estudiantes que acepten ser parte de la muestra con la firma del consentimiento y asentimiento informado.
- Estudiante que asisten a clase al momento de la aplicación de los instrumentos.

Criterio de exclusión

- Estudiantes que no están matriculados en el nivel secundaria en sistema de SIAGIE MINEDU, en el año académico 2022, en el colegio Belén de Osma y Pardo.
- Estudiantes que no es parte del nivel secundario.

- Estudiantes que no acepten ser parte de la muestra con la firma del consentimiento y asentimiento informado.
- Estudiantes que no asisten a clase al momento de la aplicación de los instrumentos.

Muestreo

El muestreo utilizado corresponde al probabilístico estratificado, tiene un propósito para la conveniencia de la investigación y el investigador seleccionará los sujetos para la muestra.

4.7. Técnicas de instrumentos de recolección de información

Técnica

La técnica es una encuesta, la misma que es una herramienta con un conjunto de preguntas que se utilizó para obtener la información sobre la opinión o datos requeridos para un trabajo de investigación, a través de un test y una prueba, que permitieron proporcionar la información necesaria para evaluar a los adolescentes. (QuestionPro, 2022)

En el trabajo, se aplicó dos tipos de test a través de la encuesta.

Instrumento

Instrumento 1 “Test de Escala de apreciación del estrés”

Prueba de estrés, basada en la teoría de Selye (1973), la misma que esta validada por Mielgo y Fernández (2017), con la “Escala de Apreciación del Estrés” que es una herramienta que permite medir diferentes tipos de estrés, pero siendo el más relevante para nuestra investigación el Estrés General, el que factible de ser aplicado a nuestro tipo de población elegida. Edades de aplicación (De 16 a más) (Mielgo&Fernández, 2017)

Instrumento 2 “Prueba Creativa de Habilidades Sociales”

Goldstein es una prueba creativa que se puede aplicar tanto a individuos como a grupos, e incluso puede ser auto administrado. En algunos casos. Consta de 50 frases relacionadas con la evaluación de cada habilidad en función del comportamiento individual en diferentes situaciones. (Caballo, 1988)

Instrumento

Instrumento 1 Test de Escala de apreciación del estrés

El estrés es una situación o condición de sobrecarga o presión. Este instrumento mide cuánto de un efecto puede depender del grado de sobrecarga, considera la siguiente valoración según la puntuación obtenida entre

120 a 90 estrés alto

89 a 60 estrés moderado

59 a 30 estrés bajo

29 a 0 no presenta estrés

Ficha Técnica: diseñada y adaptada con el objetivo de conocer el peso de los distintos acontecimientos en la vida de los individuos.

Nombre del instrumento: "Escala de Apreciación del Estrés"

Autores: Mielgo y Fernández (2017)

Confiabilidad: 0,966 según alfa de Crobach

Procedencia: basada en la teoría de Selye (1973)

Aplicación: Individual, colectivo

Ámbito de aplicación: Institución Educativa Pública

Particularidad: De manejo psicológico

Duración: De 20 a 30m

Finalidad: Determinar nivel de estrés

Estructura: 30 ítems

Baremación: Tabla de cálculo de puntuaciones

Datos psicométricos de la prueba de test “Escala de Apreciación del Estrés”

Original

Fernandez & Mielgo (2006) Madrid Bateria de escalas sobre el estrés diseñada para conocer el peso de los acontecimientos de la vida en el ser humano Prueba modelo con la finalidad determinarla Propiedades psicométricas Escala de Apreciación del Estrés, prueba de aplicación escala de apreciación al estrés realizo con una muestra de 327 sujetos de diversos ámbitos, instrumento creado por Fernandez & Mielgo (2006) el mismo que demostró ser fiable para su uso en la evaluación de población. (Mielgo, 2006)

Perú

Flores (2017) La presente investigación tuvo como objetivo construir la Escala de Estrés con la adaptación de la prueba EAE y reportar sus propiedades psicométricas. La prueba fue aplicada en 421 niños y niñas de 3ero, 4to y 5to grado de primaria de colegios públicos y privados de Lima Metropolitana. Se proporcionan evidencias de validez relacionadas al contenido de la prueba por medio de un criterio de jueces conformado por nueve expertos. También, se reportan evidencias de validez relacionadas a la estructura interna de la prueba, por medio del análisis factorial, encontrándose una estructura unidimensional (alfa ordinal = .91, EEM = 3.66) (Flores, 2017)

Instrumento 2 Prueba Creativa de Habilidades Sociales

Esta prueba fue diseñada por Arnold Goldstein y su colaborador, todos expertos en el campo de las ciencias del comportamiento, quienes seleccionaron 50 ítems de una lista de habilidades esenciales que incluía descripciones de seis tipos de habilidades.

Habilidades sociales básicas, habilidades sociales avanzadas, habilidades cognitivas, habilidades de agresión alternativa, habilidades de manejo del estrés y habilidades de planificación. Este instrumento de Habilidades Sociales de Goldstein es una prueba creativa que se puede aplicar tanto a individuos como a grupos, e incluso puede ser auto administrado. En algunos casos. Consta de 50 frases relacionadas con la evaluación de cada habilidad en función del comportamiento individual en diferentes situaciones, adaptado por Caballo en español para su aplicación. (Caballo, 1988)

Material de aplicación

La prueba de Evaluación de Habilidades Sociales (EEHS) incluye un cuadernillo en formato A-4 que incluye datos de identificación, instrucciones de llenado y los ítems que componen la escala. Un Modo Favorable de Adherencia Si la administración es parte de una evaluación personal, se debe elegir el tiempo para asegurar que el sujeto esté libre de estrés mental y físico. Si la persona está estresada o fatigada, o no quiere cooperar, se debe retrasar el manejo hasta que se gane mayor disposición, de lo contrario, las respuestas no reflejarán el estilo del niño, pero serán perjudicados por ser desordenados. Los menores permanecerán sentados cómodamente. Además, con las acciones de clase, nos aseguraremos de que su proximidad no afecte su respuesta. Para evitar esto, se colocarán lo suficientemente lejos el uno del otro. (Caballo, 1988)

51 a 100 Posee Habilidades Básicas

25 a 50 Posee Regularmente Habilidades Básicas

10 a 24 Posee Pocas Habilidades Básicas

0 a 9 No Posee Habilidades Básicas

51 a 100 Posee Habilidades Avanzadas

25 a 50 Posee Regularmente Habilidades Avanzadas

10 a 24 Posee Pocas Habilidades Avanzadas

0 a 9 No Posee Habilidades Avanzadas

Ficha Técnica de la PRUEBA CREATIVA DE HABILIDADES SOCIALES (A. Goldstein & col. 1978)

Nombre del instrumento: PRUEBA CREATIVA DE HABILIDADES SOCIALES

Autores: Goldstein & col. 1978 – Adaptación al español por Caballo 1988

Confiabilidad: 0,966 según alfa de Crobach

Procedencia: Goldstein & col. 1978

Aplicación: Individual, colectivo

Ámbito de aplicación: Institución Educativa Pública Particularidad: De manejo psicológico

Duración: De 20 a 30m

Finalidad: Determinar nivel de habilidades sociales

Estructura: 1 a 25 ítems habilidades básicas de 26 a 50 ítems habilidades avanzadas

Baremación: Tabla de cálculo de puntuaciones

Datos psicométricos de la prueba de Evaluación de Habilidades Sociales (EEHS)

Original

El objetivo de este trabajo fue la adaptación y evaluación de las propiedades psicométricas de la prueba de habilidades para la vida en jóvenes mexicanos. Muestra, 275 jóvenes estudiantes de educación media superior y licenciatura. El análisis estadístico de los puntajes obtenidos mediante la escala de habilidades sociales de Goldstein permite afirmar que las actividades virtuales implementadas tuvieron un impacto positivo y significativo en las destrezas de los participantes para entablar relaciones interpersonales sanas y equilibradas. "Mantuvieron sus niveles de desempeño en las habilidades

sociales básicas. " Mejoraran sus niveles de desempeño en las habilidades sociales avanzadas. "Mejoraran sus habilidades relacionadas con el manejo de sentimientos. " Mejoraran sus habilidades sociales alternativas. Se ha logrado validar el instrumento. (Goldstein, 1978)

Perú

Herrera (2019) en sus tesis “Construcción de una escala de Habilidades Sociales EHSA en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Martín de Porres, 2019”. Se obtuvo que la escala de habilidades sociales EHSA muestra adecuados criterios de claridad, pertinencia y relevancia, evidenciando que los 19 reactivos poseen validez de contenido. (Herrera, 2019)

Moran (2016) Se trabajó con una muestra de 170 estudiantes de una institución educativa estatal y 133 estudiantes de una institución educativa estatal, con edades entre 12 y 17 años, con registro de matrícula en el año escolar 2016, empleando para su evaluación la Escala de Habilidades Sociales (E.H.S.). Los resultados muestran que existen diferencias significativas en las Habilidades Sociales y en las dimensiones: Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado o disconformidad, Hacer peticiones de las habilidades sociales e Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto. Se demostró que el instrumento de tiene validez por su fácil aplicación. (Moran, 2016)

Recolección de datos

Previo una coordinación con las autoridades de Institución Educativa Pública de Andahuaylas y un informe sobre la importancia de la presente investigación dirigido a los padres de familia, se dio la aprobación para la aplicación de las evaluaciones de estrés y habilidades sociales en los adolescentes del 5to año de secundaria en un horario que no afectará el normal funcionamiento de las labores académicas.

Se tuvo el valor de confiabilidad mediante la prueba de Alfa de Cronbach con 0,963

Tabla 2.

Prueba de fiabilidad

| Estadísticas de fiabilidad | |
|-----------------------------------|----------------|
| Alfa de Cronbach | N de elementos |
| ,963 | 30 |

4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos

Para la interpretación de los datos se utilizó el análisis descriptivo que permite plantear los datos existentes establecidos en las tablas y figuras estadísticas, así mismo se realizó la interpretación de los datos obtenidos.

El análisis inferencial, el cual nos permite plantear las conclusiones, infiriendo los datos de acuerdo a los resultados obtenido de las encuestas aplicadas a la población evaluada en la presente investigación. Se utiliza la estadística descriptiva, para poder describir lo que se presenta de manera exacta sin mayor intervención. Primero se realizó la prueba de normalidad cuyo fin es determinar el comportamiento de los datos y de acuerdo a sus resultados se empleó la prueba de Rho Spearman.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de Resultados

Tabla 3.

Porcentaje de estudiantes según sexo

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|------------|------------|----------------------|-------------------------|
| Válido Varón | 57 | 48,7 | 48,7 | 48,7 |
| Mujer | 60 | 51,3 | 51,3 | 100,0 |
| Total | 117 | 100,0 | 100,0 | |

Tabla 4.

Porcentaje de estudiantes según Edad

| | Edad | | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|----------------|-------------|------------|----------------------|-------------------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | | |
| Válido 16 años | 53 | 45,3 | 45,3 | 45,3 |
| 17 años | 47 | 40,2 | 40,2 | 85,5 |
| 18 años | 17 | 14,5 | 14,5 | 100,0 |
| Total | 117 | 100,0 | 100,0 | |

Tabla 5

Tipos de Estrés en adolescentes de una institución educativa

| Niveles | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| No presenta estrés | 28 | 23,9 |
| Estrés bajo | 32 | 27,4 |
| Estrés moderado | 54 | 46,2 |
| Estrés alto | 3 | 2,6 |
| Total | 117 | 100,0 |

Figura 1.

Tipos de Estrés

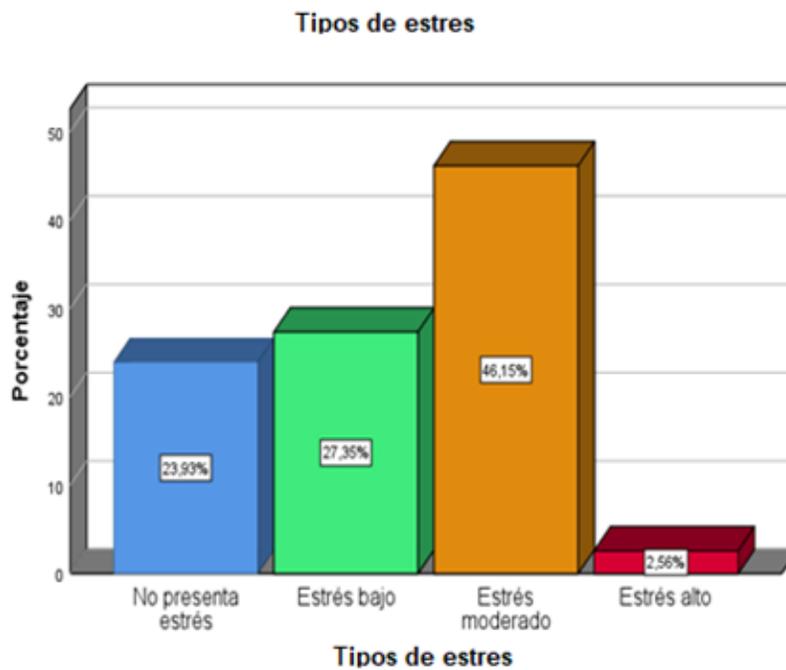


Tabla 6.

Nivel de Habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|--------|------------------------------------|------------|------------|
| Válido | Posee Moderas Habilidades Sociales | 83 | 70,9 |
| | Posee Altas Habilidades Sociales | 34 | 29,1 |
| | Total | 117 | 100,0 |

Figura 2.

Nivel de Habilidades sociales

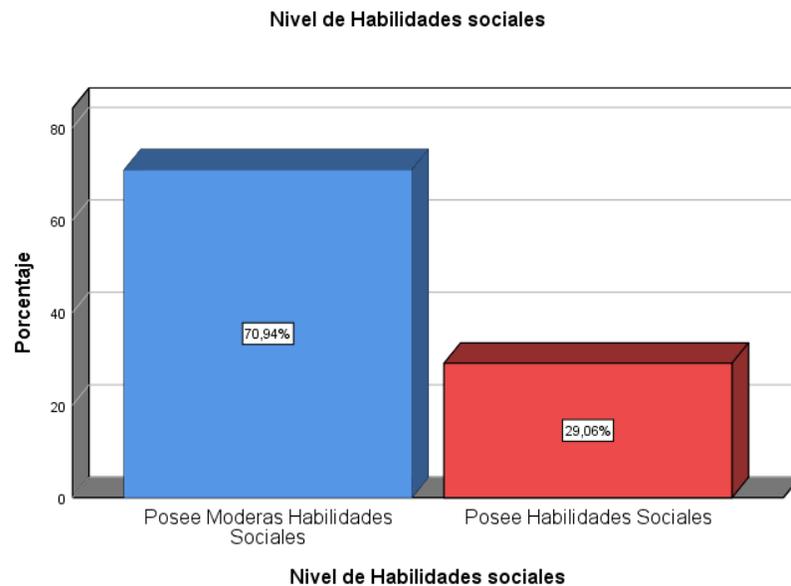


Tabla 7.

Nivel de Habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|--------|---|------------|------------|
| Válido | Posee Regularmente Habilidades Sociales Básicas | 57 | 48,7 |
| | Posee Altas Habilidades Sociales Básicas | 60 | 51,3 |
| | Total | 117 | 100,0 |

Figura 3.

Nivel de Habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública

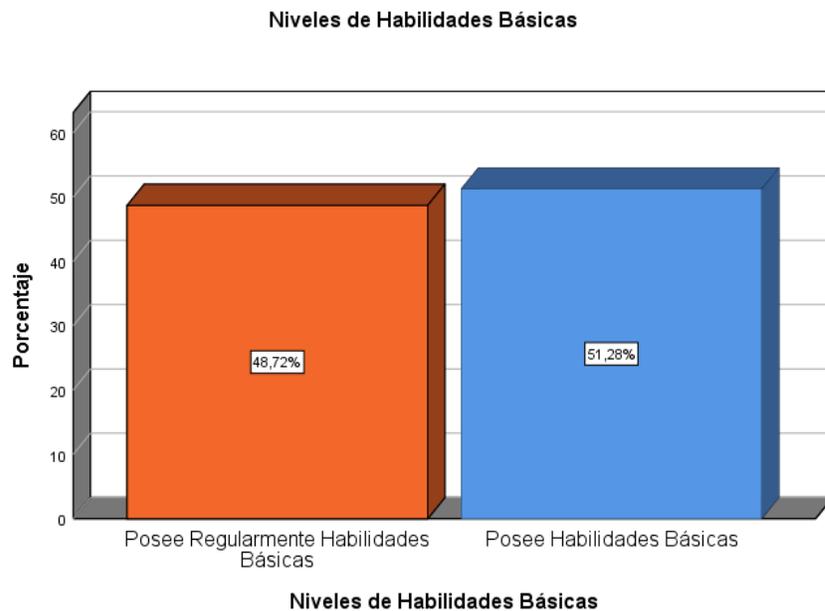


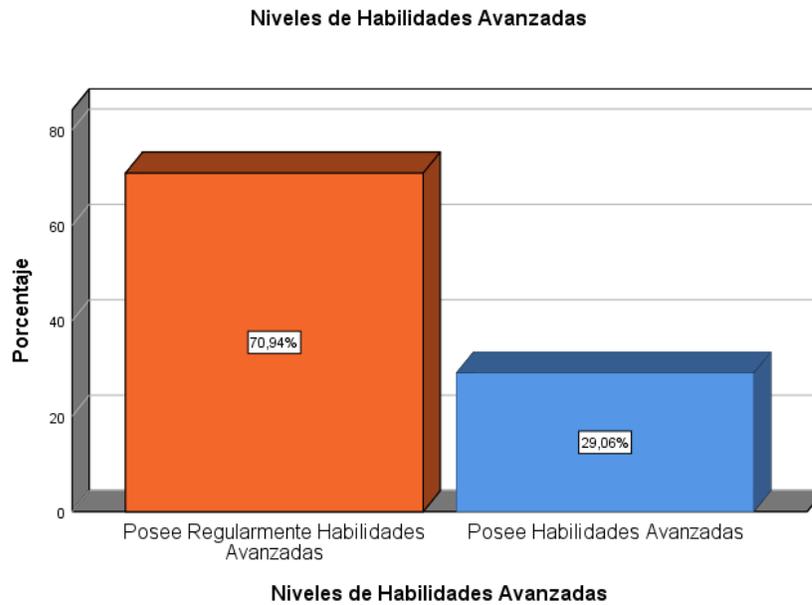
Tabla 8.

Nivel de Habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa

| | | Frecuencia | Porcentaje |
|--------|---|------------|------------|
| Válido | Posee Regularmente Habilidades Sociales Avanzadas | 83 | 70,9 |
| | Posee Altas Habilidades Sociales Avanzadas | 34 | 29,1 |
| | Total | 117 | 100,0 |

Figura 4.

Nivel de Habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa



5.2. Interpretación de resultados

1. Se aprecia en la tabla 3 de acuerdo a los datos socio demográfico de los adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, se obtuvo como resultado en cuanto al sexo que de 117 alumnos 57 son varones correspondientes a 48,7% y 60 son mujeres correspondientes a 51,3%.
2. Se aprecia en la tabla 4 de acuerdo a los datos socio demográfico de los adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, se obtuvo como resultado en cuanto a la edad de 117 alumnos 53 tienen 16 años correspondientes al 45,3%; 47 tienen 17 años correspondientes al 40,2%; y 17 tienen 18 años correspondientes al 14,5%.
3. Se aprecia en la tabla 5 y figura 1 de acuerdo a la encuesta para medir el nivel de estrés en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, se obtuvo como resultado que el 23,9% (28 alumnos) no presentan estrés; 27,4% (32 alumnos) presentan estrés bajo; 46,2% (54 alumnos) presenta estrés moderado y 2,6% (3 alumnos) presenta estrés alto.

De acuerdo a los resultados se puede observar el mayor nivel radica en el estrés moderado con el 46,2%.

4. Se aprecia en la tabla 6 y figura 2 de acuerdo a la encuesta para medir el nivel de habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, se obtuvo como resultado que el 0% (ningún alumno) carece de habilidades sociales; 70,9% (83 alumnos) Posee Moderas Habilidades Sociales; 29,1% (34 alumnos) Posee Altas Habilidades Sociales.

De acuerdo a los resultados se puede observar el mayor nivel radica en Poseer Moderas Habilidades Sociales con el 70,9%.

5. Se aprecia en la tabla 7 y figura 3 de acuerdo a la encuesta para medir el nivel de habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución

educativa pública de Andahuaylas 2022, se obtuvo como resultado que el 48,7% (57 alumnos) Posee Regularmente Habilidades Sociales Básicas y el 51,3% (60 alumnos) Posee Altas Habilidades Sociales Básicas.

De acuerdo a los resultados se puede observar el mayor nivel radica en Poseer Altas Habilidades Sociales Básicas con el 51,3%

6. Se aprecia en la tabla 8 y figura 4 de acuerdo a la encuesta para medir el nivel de habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, se obtuvo como resultado que el 70,9% (83 alumnos) Posee Regularmente Habilidades Sociales Avanzadas; 29,1% (34 alumnos) Posee Altas Habilidades Sociales Avanzadas.

De acuerdo a los resultados se puede observar el mayor nivel radica en Poseer Regularmente Habilidades Sociales Avanzadas con el 70,9%

VI. ANALISIS DE RESULTADOS

6.1. Análisis inferencial

Prueba de normalidad

Para el proceso de validación de la hipótesis se consideró realizar la prueba de normalidad con el fin de determinar el <p valor>, la cual nos permitió conocer el nivel de significancia más bajo y, por ende, aceptaremos la hipótesis alterna.

Al utilizar la prueba de normalidad, al ser la muestra mayor de 50 respectivamente y teniendo en cuenta que la presente investigación, la muestra es de 117 encuestados, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov.

Tabla 9

Prueba de normalidad de los datos de las variables

| | Kolmogorov | | |
|-------------------------------|-------------|-----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| Variable estrés | ,288 | 117 | ,000 |
| Variable habilidades sociales | ,447 | 117 | ,000 |

Para esta prueba si el <p valor> da como resultado menor a 0.05, automáticamente se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna. Lo que da como significado que los datos no son normales, es decir son asimétricas y para ello se debe aplicar una prueba no paramétrica en este caso corresponde la prueba no paramétrica Rho de Spearman.

Prueba De Hipótesis General

H0: No existe relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

H1: Existe Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

Tabla 10

Prueba de correlación entre el estrés y las habilidades sociales

| | | | Nivel de Estrés | Nivel de Habilidades sociales |
|-----------------|-------------------------------|----------------------------|-----------------|-------------------------------|
| Rho de Spearman | Nivel de Estrés | Coeficiente de correlación | 1,000 | -,798** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,000 |
| | | N | 117 | 117 |
| | Nivel de Habilidades sociales | Coeficiente de correlación | -,798** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| | | N | 117 | 117 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La tabla N° 10, señala una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de -0,798** que corresponde al nivel negativo considerable, además como el Sig.=0,00 es menor a 0,05; por tanto se llega a demostrar que existe correlación entre las variables (mayor nivel de estrés menor será sus habilidades sociales o a la inversa) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, existe relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

Prueba De Hipótesis Específicas

HE1

H0: No existe relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

H1: Existe relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

Tabla 11

Prueba de correlación entre el estrés y las habilidades sociales básicas

| | | | Nivel de Estrés | Niveles de Habilidades Básicas |
|-----------------|--------------------------------|-----------------------------|-----------------|--------------------------------|
| Rho de Spearman | Nivel de Estrés | Coefficiente de correlación | 1,000 | -,930** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,000 |
| | | N | 117 | 117 |
| | Niveles de Habilidades Básicas | Coefficiente de correlación | -,930** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| | | N | 117 | 117 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La tabla N° 11, señala una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de -0,930** que corresponde al nivel negativo considerable, además como el Sig.=0,00 es menor a 0,05; por tanto se llega a demostrar que existe correlación entre las variables (a mayor nivel de estrés menor será sus habilidades sociales básicas o a la inversa) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, existe relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

HE2

H0: No existe relación estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

H1: Existe relación estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022

Tabla 12

Prueba de correlación entre el estrés y habilidades sociales avanzadas

| | | | Niveles de Habilidades Avanzadas | Nivel de Estrés |
|----------|------------------------|-----------------------------|--|-----------------|
| Rho de | Niveles de Habilidades | Coefficiente de correlación | 1,000 | -,798** |
| Spearman | Avanzadas | Sig. (bilateral) | . | ,000 |
| | | N | 117 | 117 |
| | Nivel de Estrés | Coefficiente de correlación | -,798** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,000 | . |
| | | N | 117 | 117 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La tabla N° 12, señala una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de -0,930** que corresponde al nivel negativo considerable, además como el Sig.=0,00 es menor a 0,05; por tanto se llega a demostrar que existe correlación entre las variables (a mayor nivel de estrés menor será sus habilidades sociales avanzadas o a la inversa) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, existe relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Comparación de resultados

A partir de los hallazgos encontrados en la presente investigación aceptamos la hipótesis alterna que nos señala que hay una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de $-0,798^{**}$ que corresponde al nivel negativo considerable, además como el $\text{Sig.}=0,00$ es menor a $0,05$; por tanto se llega a demostrar que existe correlación entre las variables (mayor nivel de estrés menor será sus habilidades sociales o a la inversa) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, existe relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

Estos resultados guardan relación con lo que sostiene, Guevara (2021) que nos menciona en su objetivo de investigación, establecer la relación de las dimensiones del estrés académico y las habilidades sociales de los alumnos del primer semestre de SENATI-Chiclayo 2021, que tuvo como resultado la existencia de la relación entre las dimensiones del estrés académico en la enseñanza remota y las habilidades sociales Así pues, se pudo establecer que con el coeficiente de correlación Rho de Spearman ($\text{Rho} = -,626$) y con un nivel de significancia de $0,000$ se rechazó la hipótesis nula y se afirma la alterna, entonces existe una relación inversa y significativa entre las variables en estudio que son el estrés académico y las habilidades sociales.

Por otro lado, torres (2022) señala que no encontró asociación significativa entre los niveles de estrés y habilidades sociales en los adolescentes de 15 a 17 años de la Unidad Educativa de Palora – Ecuador, sin embargo, se observa que el predominio en los niveles de estrés es moderado.

También se determinó la relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, donde se obtuvo como resultado que 54 adolescentes tiene un nivel estrés moderado y posee regularmente Habilidades Básicas que representa el 46,2%; 3 adolescentes tiene un nivel estrés alto y posee regularmente Habilidades Básicas que representa el 2,6%; 28 adolescentes no tiene estrés y poseen altas Habilidades Básicas que representa el 23,9% y 32 adolescentes tiene un nivel estrés bajo y poseen altas Habilidades Básicas que representa el 27,4%, por lo que se llega a demostrar que existe correlación (a mayor nivel estrés menor será sus habilidades sociales básicas o a la inversa) que manifiesten los estudiantes menor se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, existe relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública evaluada.

En comparación con Estela (2019) en su investigación sobre la “Relación de estrés con las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad pública de Lima Metropolitana 2017”, con una muestra de 231 estudiantes. Los resultados obtenidos muestran que el 45.9% de los estudiantes están de vez en cuando estresados, mientras que el 41.1% casi nunca están estresados, asimismo, respecto a las habilidades sociales el 66.7% tienen buen nivel de habilidades sociales; concluyendo que la asociación entre estrés y las habilidades sociales es baja en correlación; a diferencia de nuestra investigación cuya relación entre estrés y habilidades sociales es significativa, quiere decir a mayor nivel estrés menor será sus habilidades sociales básicas o a la inversa.

Comparación con la segunda hipótesis específica. Se determinó la relación entre el estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022, donde se obtuvo como resultado que 26 adolescentes tiene un nivel de estrés bajo y posee regularmente Habilidades Avanzadas que representa el 22,2%; 54

adolescentes tiene un nivel estrés moderado y posee regularmente Habilidades avanzadas que representa el 46,2%; 28 adolescentes no tiene estrés y poseen altas Habilidades avanzadas que representa el 23,9%; 3 adolescentes tiene un nivel estrés alto y poseen altas Habilidades avanzadas que representa el 2,6%; 28 adolescentes no tiene estrés y posee altas Habilidades Avanzadas que representa el 23,9% y 6 adolescentes tiene un nivel estrés bajo y posee regularmente Habilidades avanzadas que representa el 5,1%, por lo que se llega a demostrar que existe correlación (a mayor nivel estrés menor será sus habilidades sociales avanzadas o a la inversa) que manifiesten los estudiantes menor se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, existe relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública evaluada.

Por otro lado, Torres (2022) En cuanto a las habilidades sociales avanzadas y los niveles de estrés, el estudio ha determinado que no existe niveles de asociación significativa, sin embargo, se evidencia la presencia de niveles de estrés moderados y profundos, por lo cual, se relaciona con habilidades sociales promedias a bajas.

CONCLUSIONES

Primera: Se logra demostrar que existe una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de $-0,798^{**}$ que corresponde al nivel negativo considerable, además como el $\text{Sig.}=0,00$ es menor a $0,05$; por tanto se llega a demostrar que existe correlación entre variables (a mayor nivel estrés menor será sus habilidades sociales o a la inversa) que manifiesten los estudiantes menor se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis general, existe relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

Segunda: Se logra demostrar que existe una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de $-0,930^{**}$ que corresponde al nivel negativo considerable, además como el $\text{Sig.}=0,00$ es menor a $0,05$; por tanto se llega a demostrar que existe correlación (a mayor nivel estrés menor será sus habilidades sociales básicas o a la inversa) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis general, existe relación inversa entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

Tercera: Se logra demostrar que existe una correlación negativa conforme al Rho de Spearman de $-0,930^{**}$ que corresponde al nivel negativo considerable, además como el $\text{Sig.}=0,00$ es menor a $0,05$; por tanto se llega a demostrar que existe correlación (a mayor nivel estrés menor será sus habilidades sociales avanzadas o a la inversa) se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis general, existe relación inversa entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022.

RECOMENDACIONES

A la directora de la Institución Educativa Belén de Osma y Pardo, debe solicitar al centro de salud mental, para evaluar a los adolescentes con pruebas para medir el estrés, y de acuerdo a los resultados, los estudiantes en riesgo puedan ser atendidos o darles alternativas para superar la problemática y evitar acciones negativas como los suicidios en adolescentes.

A las autoridades del centro educativo y de salud puedan tomar medidas preventivas, a fin de plantear alternativas para que los alumnos puedan fortalecer sus habilidades sociales, sin que estas se afecten a consecuencia del estrés.

Se le pide a la directora de la Institución Educativa que debe manejar un plan de fortalecimiento de las habilidades sociales con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales entre los estudiantes.

A los padres de familia puedan autorizar a que sus hijos participen de evaluaciones para detectar a los jóvenes con esta afección, para darles atención y un mayor control, evitando un incremento del nivel de estrés, el mismo que podría afectar su normal desarrollo.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- American Psychological Association. (2013). *Comprendiendo el estrés crónico*.
<https://www.apa.org/topics/stress/estres-cronico>
- Arcia Santamaría, D. C., Leiva Bravo, P. F., & Prado García, M. J. (2016). *Estrés, ansiedad y desempeño laboral en trabajadores de la Empresa Empaques y Productos Plásticos de Nicaragua durante el primer semestre del año 2016*.
- Arias Gómez, J., Villasís Keever, M. Á., & Miranda Novales, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201–206. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Arun, P., Garg, R., & Chavan, B. S. (2017). Stress and suicidal ideation among adolescents having academic difficulty. *Industrial Psychiatry Journal*, 26(1), 64. https://doi.org/10.4103/IPJ.IPJ_5_17
- Association, A. P. (2019). *Faculty & Staff - Texas A&M*.
<https://www.tamu.edu/faculty-staff/index.html>
- Barreda Gómez, S. (2011). *El docente como gestor del clima en el aula. factor a tener en cuenta* [Universidad de Sevilla].
[https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/1627/Barreda Gómez, María Soledad.pdf?sequence=1](https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/1627/Barreda_Gómez,_María_Soledad.pdf?sequence=1)
- Barrio, J. A., García, M. R., Ruiz, I., & Arce, A. (2006). Sistema de Información Científica. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 37–48.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832311003>
- Benavides Vásquez, J. M. (2020). *La bailoterapia y su incidencia en el estrés agudo episódico en señoras entre 30 a 40 años en casa somos San Bartolo*. <http://repositorio.espe.edu.ec/jspui/handle/21000/23090>

- Caballo Manrique, V. E. (1987). *Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=17680>
- Cabezas Mejía, E. D., Andrade Naranjo, D., & Torres Santamaría, J. (2018). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. www.repositorio.espe.edu.ec.
- Cervera Vásquez, K. P., & Suárez Vargas, M. I. (2017). *Habilidades sociales en los estudiantes de la escuela técnica de sub oficiales de la Policía Nacional del Perú – Huancavelica, 2017*. Universidad Nacional de Huancavelica. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1323>
- Chávez Rosas, M. F. Y., & Manco Arias, L. D. (2020). *Efectos de un programa que utiliza la música como herramienta para reducir el estrés laboral* *Item Type info:eu-repo/semantics/bachelorThesis* [Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. <http://hdl.handle.net/10757/652225>
- Chiavenato, I. (2009). *Gestión del talento humano*. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1143/1/Chiavenato-Talento humano 3ra ed.pdf>
- Contreras Núñez, T. (2021). *Estrés y Desempeño Laboral en la Distribuidora Droguería “Ahorrofarma SCRL” de Huancayo 2019*. *Universidad Peruana Los Andes*. <http://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2553>
- Cuesta Santos, A. (2014). *Gestión del talento humano y del conocimiento* .
- Delgado García, A. R. (2017). *Habilidades sociales en Educación Infantil*. <https://idus.us.es/handle/11441/70697>
- DIRESA. (2022). *DIRESA Apurímac recomienda compartir actividades en familia para reducir niveles de estrés en esta cuarentena por la covid19*. *Apurímac: DIRESA de Apurímac*. <https://www.diresaapurimac.gob.pe/web/noticias/diresa-apurimac-recomienda-compartir-actividades-en-familia-para-reducir-niveles-de-estres-en-esta-cuarentena-por-la-covid19/>

- Dongil Collado, E., & Cano Vindel, A. (2014). *Habilidades Sociales*. España: Sociedad Española para estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS). <https://www.studocu.com/es/document/universidad-de-jaen/matematicas-i/guia-habilidades-sociales/24825995>
- Durán, M. M. (2010). Bienestar psicológico: el estrés y la calidad de vida en el contexto laboral. *Revista Nacional de Administración*, 1(1), 71–84. <https://doi.org/10.22458/RNA.V111.285>
- El Comercio. (2022, August). *Los brutales casos de peleas escolares desde que retornó la presencialidad en el Perú | Lima | Minedu | rmmn | LIMA | EL COMERCIO PERÚ*. <https://elcomercio.pe/lima/sucesos/bullying-los-brutales-casos-de-peleas-escolares-desde-que-retorno-la-presencialidad-en-el-peru-lima-minedu-rmmn-noticia/>
- Escobar Espejo, M., Blanca, M. J., Fernández Baena, F. J., & Trianes Torres, M. V. (n.d.). *Adaptación española de la escala de manifestaciones de estrés del Student Stress Inventory (SSI-SM)*. 2011. Retrieved June 2, 2023, from <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718925021.pdf>
- Estela Cevallos, M. J. (2019). *Relación de estrés con las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad pública de Lima metropolitana 2017* [Universidad Federico Villarreal]. <https://1library.co/document/y6xgg65y-relacion-habilidades-sociales-estudiantes-facultad-psicologia-universidad-metropolitana.html>
- Fernández, J. L., & Mielgo, S. M. (2017). *Escala de Apreciación del Estrés*. <https://docplayer.es/63740693-Escala-de-apreciacion-del-estres-j-l-fernandez-seara-m-mielgo.html>
- Fernández Méndez, J. (1999). Las habilidades sociales en el contexto de la psicología clínica. *Abaco: Revista de Cultura y Ciencias Sociales*, ISSN 0213-6252, Nº 21-22, 1999 (Ejemplar Dedicado a: Habilidades Sociales), Págs. 29-38, 21, 29–38. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=113189&info=resumen&>

idioma=SPA

Flores Mazulis, M. F. (2017). Propiedades psicométricas de la escala de estrés cotidiano infantil en niños de 3ero a 5to grado de primaria de colegios de Lima Metropolitana. *Universidad de Lima*.
<https://doi.org/10.26439/ULIMA.TESIS/3571>

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992–1003.
<https://doi.org/10.1037//0022-3514.50.5.992>

Francisco Méndez, H. R. (2015). *Estrés en adolescentes que estudian y trabajan* [Universidad Rafael Landívar].
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/22/Mendez-Hugo.pdf>

Galarza Montenegro, R. A. (2021). Síntomas depresivos y estrés en estudiantes adolescentes del Centro Educativo Bertolt Brecht en Lima - Perú, 2021. *Universidad Nacional Federico Villarreal*.
<https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/5057>

Geller, J. L., & Mueser, K. T. (1997). Handbook of Psychological Skills Training: Clinical Techniques and Applications. *Psychiatric Services*, 48(10), 1347–1348. <https://doi.org/10.1176/PS.48.10.1347>

Gonzales Villa, M. R. (2018). *Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala, 2018*. Universidad Cesar Vallejo.

Herrera Cardozo, J. G. (2019). *Construcción de una escala de habilidades sociales EHSA en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Martín de Porres, 2019* [Universidad Cesar Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37175/Herrera_CJG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ignacio Muñoz-Fernández, S., Molina-Valdespino, D., Ochoa-Palacios, R.,

- Sánchez-Guerrero, O., Esquivel-Acevedo, J. A., & Muñoz-Fernández, S. I. (2020). *Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19*. www.actapediatrica.org.mx
- Kelly, J. A., & Pavón, S. del V. (2000). *Entrenamiento de las habilidades sociales: guía práctica para intervenciones*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=72946&info=resumen&idoma=SPA>
- Lacunza, A. B., & Contini De González, N. (2011). *Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos*. 23, 159–182.
- Lacunza, A., & Contini de Gonzalez, N. (2009). *CPerspectiva multimétodo en el diagnóstico de las habilidades sociales. Su vinculación a dificultades comportamentales*. https://www.conicet.gov.ar/new_scp/detalle.php?keywords=&id=26924&congresos=yes&detalles=yes&congr_id=3823913
- Landy, F. J., & Conte, J. M. (2005). *Psicología industrial: introducción a la psicología industrial y organizacional*.
- Lima Ramos, J. F. (2021). *Evaluación del estrés cotidiano en la adolescencia*. <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/22889>
- Lora Loza, M., Sevillano Saldaña, J., García Ishimine, R., Rodríguez Beas, T., & Vilca Bejarano, Y. (2021). *Efectos del programa educativo “Libres de COVID-19” sobre las habilidades sociales preventivas del adolescente*. 21(4). <https://doi.org/10.24265/horizmed.2021.v21n4.03>
- Lyle H. Miller. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. <https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Machuca Agostinelly, J. K. (2018). *Estrés y Desempeño Laboral en los Trabajadores de la GREA, Arequipa – 2018*. *Universidad Cesar Vallejo*.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29935>

Mayer, J. D. (1990). La inteligencia emocional 1 Una breve Sinopsis. *Revista de Psicología y Educación*, 1(1), 35–46.

Mendoza, L. (2012). *Programas y Líneas de Investigación en Gestión de la Educación Región Cajamarca*.

MINSA. (2021). *El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional - Noticias - Ministerio de Salud - Plataforma del Estado Peruano*.
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>

Morales, R., & Francisco, M. (2017). Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional 2016. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 41–48.
<https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2017.04.001>

Moran Melgarejo, T. M. (2018). Habilidades sociales en alumnos de secundaria de una institución educativa estatal y una institución educativa privada de Trujillo - 2016. *Universidad Privada Antenor Orrego*.
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4095>

Nature Communications. (2015). *El estrés crónico estaría relacionado con la pérdida de sociabilidad y habilidades cognitivas*.
<https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/2014/09/18/estres-cronico-estaria-relacionado-perdida-sociabilidad-habilidades-cognitivas-33323.html>

Osorio Hoyos, J. G. (2000). *Principios éticos de la investigación en seres humanos y en animales*. 60(2).
https://medicinabuenosaires.com/demo/revistas/vol60-00/2/v60_n2_255_258.pdf

- Pacori Zapana, B. M., Pachari Cordova, L. K., & Quispe Quilca, N. N. (2020). *Estrés y desempeño laboral en tiempos de emergencia sanitaria por COVID-19*. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3707>
- Pérez Boche, K. B. (2018). *Nivel de habilidades sociales en adolescentes del colegio Monte Carmelo* [Universidad Rafael Landívar]. <http://biblio3.url.edu.gt/publiijrcifuentes/TESIS/2018/05/42/Perez-Karina.pdf>
- Pérez Quintanilla, S. S. (2019). Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho [Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. In *Repositorio Institucional* - *UIGV*. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4323>
- Pinedo Tapullima, X. M. (2021). *Estrés laboral y su influencia en las relaciones interpersonales del personal de una empresa de la ciudad de Iquitos, 2020*. Universidad Científica del Sur.
- Ponce Delgado, Á. del R., & Pazmiño Lascano, D. F. (2022). *Validación de la escala de habilidades sociales EHS en estudiantes universitarios*. <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/34786>
- Puma Chombo, J. E. (2017). Estrés y desempeño laboral de los trabajadores del Centro Salud Materno Infantil Piedra Liza, 2017 [Universidad César Vallejo]. In *Universidad César Vallejo*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/15061>
- Regueiro, A. (2014). *¿Que es el estrés y cómo nos afecta?: Conceptos básicos | Apuntes de Psicología Clínica | Docsity*. <https://www.docsity.com/es/que-es-el-estres-y-como-nos-afecta-conceptos-basicos/4686376/>
- Rivas Acuña, V., Jiménez Palma, C. del C., Méndez Méndez, H. A., Cruz Arceo, M. de los Á., Magaña Castillo, M., & Victorino Barra, A. (2014). Horizonte Sanitario. *Horizonte Sanitario*, 13(1), 162–169. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457845146002>

- Rivas Romero, N. (n.d.). Escala de evaluación de habilidades sociales biblioteca de psicometría. In 1978. Retrieved June 2, 2023, from https://www.academia.edu/37172809/Escala_de_evaluacion_de_habilidades_sociales_biblioteca_de_psicometria
- Rodríguez Camón, E. (2016). *Habilidades sociales en la infancia: ¿cuáles son?* <https://psicologiaymente.com/desarrollo/habilidades-sociales-infancia>
- Rubio Mesia, L. C., & Ruiz Bazan, M. (2021). *Habilidades sociales en los estudiantes de las instituciones educativas 18253 la coca y 18112 agua Santa, Chachapoyas, 2019.* universidad nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazon.
- Saborío Morales, L., & Hidalgo Murillo, L. F. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1). <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mlcr/v32n1/art14v32n1.pdf>
- Sahakian, B. J., Christelle Langley, F. L., & Jianfeng, F. (2021, February 21). *Cómo la pandemia puede afectar la inteligencia social de los niños - BBC News Mundo.* <https://www.bbc.com/mundo/noticias-56103033>
- Salazar Aznarán, L. C. (2016). Propiedades psicométricas escala de apreciación del estrés en empresas industriales Chimbote. *Universidad César Vallejo.* <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/10132>
- Sánchez Reyes, A. (2019). Habilidades sociales básicas y su relación con la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22(2), 834. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/70134>
- Santamaría Flores, F. S. (2021). Factores asociados a depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de secundaria de la I. E. José Jacobo Cruz Villegas-Catacaos, durante la pandemia por Covid-19. *Universidad Nacional de Piura.* <http://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/2979>
- Sedano Torres, S. (2022). *Estrés de las madres de recién nacidos de la Unidad*

de Cuidados Intensivos Neonatales de un hospital público de Huancayo, 2022. universidad Peruana Unión .

Suehiro, A. C. B., & Santos, L. M. R. A. dos. (2017). Relación entre estrés y habilidades sociales en los docentes universitarios del estado de Bahía. *Psicologia Em Revista*, 23(2), 728–744. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017V23N2P728-744>

Tanner, j. (1962). *Supervisión del crecimiento físico y desarrollo puberal*. <https://www.aepap.org/sites/default/files/puberal.pdf>

Toledo Pazmiño, C. S. (2021). *Estrés y afrontamiento de la pandemia COVID-19 en los trabajadores agroindustriales de la empresa de alimentos “ARSAICO” del cantón Chambo*. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7455>

Torres Ortiz, D. B. (2022). *Niveles de estrés y habilidades sociales en adolescentes de 15 a 17 años, en La Unidad Educativa Palora - Ecuador*. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/11833>

Trujillo, P., & Reyes, N. (2021). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Investigación y Desarrollo*, 13(1), 6–14. <https://doi.org/10.31243/id.v13.2020.999>

Usma Flórez, Y. Y. (2020). *El estrés laboral y su incremento durante el confinamiento* [Universidad Cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/2efd8790-eb21-484e-881a-bb4ac771f2e6/content>

Vega Valero, C. Z., González Betanzos, C., & Soria Trujano, R. (2019). *Relación entre estrés infantil y las habilidades sociales*. México: Asociación Mexicana del Comportamiento y Salud AC México. <https://www.redalyc.org/pdf/2822/282221718001.pdf>

Velasco Yanez, R. J., Cunalema Fernández, J. A., Franco Coffre, J. A., & Vargas Aguilar, G. M. (2021). Estrés percibido asociado a la pandemia por

COVID-19 en la ciudad de Guayaquil, Ecuador. *Bol. Malariol. Salud Ambient*, 38–46. <http://iaes.edu.ve/iaespro/ojs/index.php/bmsa>

Yáber, G., Corales, E., Valarino, E., & Bermúdez, J. (2007). Estrés ocupacional en despachadores de carga eléctrica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 297–309. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000200007&lng=pt&nrm=iso&tlng=es

Yaya Garcia, V. V., Jurado Castillo, L. C., & Serrano Zegarra, E. G. (2018). *Estrés y desempeño laboral de los profesionales de enfermería del servicio de Emergencia Adulto de una clínica privada de Lima, 2017*. Universidad peruana unión.

Anexo 1: Matriz de consistencia

| PROBLEMA GENERAL | OBJETIVO GENERAL | HIPÓTESIS GENERAL | VARIABLES/ DIMENSIONES | METODOLOGÍA |
|--|--|--|--|---|
| ¿Cuál es la relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022? | Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022 | Existe Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022 | Variable 1: Estrés Variable 2: Habilidades Sociales | Tipo de investigación: Teórica - Aplicada Nivel de investigación: Descriptivo- Explicativo |
| PROBLEMAS ESPECÍFICOS | OBJETIVOS ESPECÍFICOS | HIPÓTESIS ESPECÍFICAS | DIMENSIONES: | Método de la Investigación: |
| P.E.1: ¿Cuál es la relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022? P.E.2: ¿Cuál es la relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022? | O.E.1: Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022 O.E.2: Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022 | H.E.1: Existe relación entre estrés y habilidades sociales básicas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022 H.E.2: Existe relación entre estrés y habilidades sociales avanzadas en adolescentes de una institución educativa de Andahuaylas 2022 | Dimensión 1 Estrés (unidimensional) Dimensión 2 Habilidades Sociales Básicas Habilidades Sociales Avanzadas | Método de la Investigación: método inductivo Diseño de la Investigación: No experimental Población: Estudiantes de 5to de secundaria de una I.E. de Andahuaylas |

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

Escala de Apreciación del Estrés (EAE) (Mielgo&Fernández, 2017)

INSTRUCCIONES: El siguiente cuestionario anónimo, permitirá medir el nivel de estrés (estrés agudo, estrés agudo episódico y estrés crónico), consta de 30 preguntas las cuales deberá marcar con una (X) de acuerdo a la valoración, en el número que mejor describa en cada enunciado.

| ESCALA DE LIKERT | | VALORACION | | | | |
|------------------------|--|------------|---|---|---|---|
| Nada | | 0 | | | | |
| Un Poco | | 1 | | | | |
| Moderadamente | | 2 | | | | |
| Bastante | | 3 | | | | |
| Mucho o extremadamente | | 4 | | | | |
| N° | Ítems | Valoración | | | | |
| | | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 01 | ¿Siente inquietud e incapacidad para relajarse y estar tranquilo? | | | | | |
| 02 | ¿Se esfuerza para razonar y mantener la calma? | | | | | |
| 03 | ¿Suele desentenderse del problema y pensar en otra cosa? | | | | | |
| 04 | ¿Tiene ganas de suspirar, opresión en el pecho y sensación de ahogo? | | | | | |
| 05 | ¿Tiene la necesidad de estar solo sin que nadie lo moleste? | | | | | |
| 06 | ¿Tiene la sensación de estarse poniéndose enfermo? | | | | | |
| 07 | ¿Tiene la necesidad de estar acompañado y ser aconsejado? | | | | | |
| 08 | ¿Siente poco entusiasmo para disfrutar de alguna situación? | | | | | |
| 09 | ¿Siente mayor predisposición a los miedos o temores? | | | | | |
| 10 | ¿Tiene la tendencia a echar la culpa a alguien o a algo? | | | | | |
| 11 | ¿Tiene la tendencia a comprobar si todo está en orden? | | | | | |
| 12 | ¿Tiene sentimientos de depresión y tristeza? | | | | | |
| 13 | ¿Tiene sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad? | | | | | |
| 14 | ¿Tiene cuadros de diarrea? | | | | | |
| 15 | ¿Tiene necesidad de beber fumar o tomar algo (chicle, pastillas)? | | | | | |
| 16 | ¿Tiene pérdida de apetito? | | | | | |
| 17 | ¿Tiene mayor necesidad de comer, aumento del apetito? | | | | | |
| 18 | ¿Siente temblores, tics o calambres musculares? | | | | | |
| 19 | ¿Tiene nauseas, mareos, inestabilidad? | | | | | |
| 20 | ¿Tiene palpitaciones y taquicardia? | | | | | |
| 21 | ¿Tiene hormigueo o adormecimiento en las manos, cara, etc.? | | | | | |

| | | | | | | |
|-----------|---|--|--|--|--|--|
| 22 | ¿Tiene molestias digestivas, dolor abdominal, etc.? | | | | | |
| 23 | ¿Tiene dolores de cabeza frecuentemente? | | | | | |
| 24 | ¿A disminución su actividad? | | | | | |
| 25 | ¿Tienes desinterés por la sexualidad? | | | | | |
| 26 | ¿Tiene agotamiento o excesiva fatiga? | | | | | |
| 27 | ¿Orina frecuentemente? | | | | | |
| 28 | ¿Tiene somnolencia o mayor necesidad de dormir? | | | | | |
| 29 | ¿Tiene necesidad de rascarse o morderse las uñas? | | | | | |
| 30 | ¿Tiene mayor dificultad en dormir? | | | | | |

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES (A. Goldstein & col. 1978)

Autores: Goldstein & col. 1978 – Adaptación al español por Caballo 1988 Confiabilidad: 0,966 según alfa de Crobach

A continuación, te presentamos una tabla con diferentes aspectos de las “*Habilidades Sociales Básicas*”. A través de ella podrás determinar el grado de desarrollo de tu “*Competencia Social*” (conjunto de HH. SS necesarias para desenvolverte eficazmente en el contexto social). Señala el grado en que te ocurre lo que indican cada una de las cuestiones, teniendo para ello en cuenta:

1 Me sucede **MUY POCAS** veces

2 Me sucede **ALGUNAS** veces

3 Me sucede **BASTANTES** veces

4 Me sucede **MUCHAS** veces

| HABILIDADES SOCIALES BÁSICAS | | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-------------------------------------|--|----------|----------|----------|----------|
| 1 | Prestas atenciones a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo | | | | |
| 2 | Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes | | | | |
| 3 | Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos | | | | |
| 4 | Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada | | | | |
| 5 | Permites que los demás sepan que les agradeces los favores | | | | |
| 6 | Te das a conocer a los demás por propia iniciativa | | | | |
| 7 | Ayudas a que los demás se conozcan entre sí | | | | |
| 8 | Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza | | | | |
| 9 | Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad | | | | |
| 10 | Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad | | | | |
| 11 | Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica | | | | |
| 12 | Prestas atenciones a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente | | | | |
| 13 | Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal | | | | |
| 14 | Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona | | | | |
| 15 | Intentas reconocer las emociones que experimentas | | | | |
| 16 | Permites que los demás conozcan lo que sientes | | | | |
| 17 | Intentas comprender lo que sienten los demás | | | | |
| 18 | Intentas comprender el enfado de la otra persona | | | | |

| | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|
| 19 | Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos | | | | |
| 20 | Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo | | | | |
| 21 | Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa | | | | |
| 22 | Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada | | | | |
| 23 | Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás | | | | |
| 24 | Ayudas a quien lo necesita | | | | |
| 25 | Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes | | | | |

| HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS | | 1 | 2 | 3 | 4 |
|---------------------------------------|--|----------|----------|----------|----------|
| 26 | Controlas tu carácter de modo que no se te “escapan las cosas de la mano” | | | | |
| 27 | Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura | | | | |
| 28 | Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas | | | | |
| 29 | Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas | | | | |
| 30 | Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte | | | | |
| 31 | Dices a los demás cuándo han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución | | | | |
| 32 | Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien | | | | |
| 33 | Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado | | | | |
| 34 | Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido | | | | |
| 35 | Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento | | | | |
| 36 | Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo | | | | |
| 37 | Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer | | | | |
| 38 | Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro | | | | |
| 39 | Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen o hacen otras que se contradicen | | | | |
| 40 | Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación | | | | |
| 41 | Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación pro- blemática | | | | |
| 42 | Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta | | | | |
| 43 | Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante | | | | |
| 44 | Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control | | | | |
| 45 | Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea | | | | |
| 46 | Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea | | | | |
| 47 | Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información | | | | |
| 48 | Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero | | | | |
| 49 | Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor | | | | |
| 50 | Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo | | | | |

Anexo 3: Ficha de validación



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes en una institución educativa de Andahuaylas 2022

Nombre del Experto: C.Ps.P 27497 Priscila Katty Ccance Gastelú

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

| Aspectos Para Evaluar | Descripción: | Evaluación | | Preguntas por corregir |
|-----------------------|---|------------|-----------|------------------------|
| | | Cumple | No cumple | |
| 1. Claridad | bradas usando un lenguaje apropiado | X | | |
| 2. Objetividad | Las preguntas están expresadas en aspectos observables | X | | |
| 3. Conveniencia | Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado | X | | |
| 4. Organización | Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario | X | | |
| 5. Suficiencia | El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad | X | | |
| 6. Intencionalidad | El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación | X | | |
| 7. Consistencia | Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado | X | | |
| 8. Coherencia | Existe relación entre las preguntas e indicadores | X | | |
| 9. Estructura | La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación | X | | |
| 10. Pertinencia | El cuestionario es útil y oportuno para la investigación | X | | |

III. OBSERVACIONES GENERALES


Priscila Katty Ccance Gastelú
PSICOLOGA
C.Ps.P 27497

Apellidos y Nombres del validador: C.Ps.P 27497 Priscila Katty Ccance Gastelú
Grado académico: Magister
N°. DNI: 4555 4047



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

IV. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes en una institución educativa de Andahuaylas 2022

Nombre del Experto: Mg. Rodas Guizado, Efraín DNI 42250741

V. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

| Aspectos Para Evaluar | Descripción: | Evaluación | | Preguntas por corregir |
|-----------------------|---|------------|-----------|------------------------|
| | | Cumple | No cumple | |
| 1. Claridad | preguntas usando un lenguaje apropiado | X | | |
| 2. Objetividad | Las preguntas están expresadas en aspectos observables | X | | |
| 3. Conveniencia | Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado | X | | |
| 4. Organización | Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario | X | | |
| 5. Suficiencia | El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad | X | | |
| 6. Intencionalidad | El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación | X | | |
| 7. Consistencia | Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado | X | | |
| 8. Coherencia | Existe relación entre las preguntas e indicadores | X | | |
| 9. Estructura | La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación | X | | |
| 10. Pertinencia | El cuestionario es útil y oportuno para la investigación | X | | |

VI. OBSERVACIONES GENERALES


Mg. Efraín Rodas Guizado
ESTADISTA

Apellidos y Nombres del validador: Rodas Guizado, Efraín

Grado académico: Magister en estadística aplicada e investigación científica
N°. DNI: 42250741

Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud

"RELACIÓN ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANDAHUAYLAS 2022"

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

| | | |
|---|--|----|
| 1 | repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet | 4% |
| 2 | Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante | 4% |
| 3 | hdl.handle.net Fuente de Internet | 3% |
| 4 | repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet | 3% |
| 5 | repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 6 | repositorio.unp.edu.pe Fuente de Internet | 1% |
| 7 | Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante | 1% |
| 8 | repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet | 1% |

Anexo 6: Evidencia fotográfica



Fotografía 1 Autorización de la Dirección para la ejecución de la investigación



Fotografía 2 Evaluación en 5to D



Fotografía 3 Evaluación en 5to A



Fotografía 4 Evaluación en 5to B

CONSENTIMIENTO INFORMADO

“RELACIÓN ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ANDAHUAYLAS 2022”

Institución : Universidad Autónoma de Ica.

Responsables :

Estudiantes del programa académico de Psicología

Objetivo: Por la presente lo estamos invitando a su menor hijo(a) a participar de la investigación que tiene como finalidad de Determinar la relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa pública de Andahuaylas 2022. Al participar del estudio, su menor hijo (a) deberá resolver un test “Test de evaluación de estrés” de 30 ítems y otra “Prueba Creativa de Habilidades Sociales” de 50 ítems, los cuales serán respondidos de forma anónima.

Procedimiento: Si autoriza que su menor hijo(a) participe de este estudio, su hijo(a) deberá responder un cuestionario denominado “Test de evaluación de estrés” y la “Prueba Creativa de Habilidades Sociales”, los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 60 minutos, dichos cuestionarios serán realizados en la institución educativa.

Confidencialidad de la información: El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, las responsables de la investigación garantizan que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

Consentimiento: Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el/las Investigadoras(es), y autorizo voluntariamente, que mi menor hijo(a) participe/ participar en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

Andahuaylas, de....., de 2022

Firma:

Apellidos y nombres:

DNI:



ASENTIMIENTO INFORMADO

Estimado/a:

En la actualidad nos encontramos realizando una investigación sobre el tema: “Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes en una institución educativa de Andahuaylas 2022”; por eso quisiéramos contar con tu valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de un “Test de evaluación de estrés” y “Prueba Creativa de Habilidades Sociales” que deberán ser completados con una duración de aproximadamente 60 minutos. Los datos recogidos serán tratados confidencialmente y utilizados únicamente para fines de este estudio.

De aceptar participar en la investigación, debes firmar este documento como evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos de la investigación. En caso tengas alguna duda con respecto a las preguntas que aparecen en los cuestionarios, sólo debes levantar la mano para solicitar la aclaración y se te explicará cada una de ellas personalmente.

Gracias por tu gentil colaboración.

Acepto participar voluntariamente en la investigación: Si No

Lugar: Andahuaylas Fecha: / /

FIRMA DE LA PARTICIPACIÓN

NOMBRE:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sr:

.....

Con el debido respeto, me presento a usted, mi nombre es Brenda Pamela Porras Medina estudiante de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica. En la actualidad me encuentro realizando una investigación sobre “Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes en una institución educativa de Andahuaylas 2022”; y para ello quisiera contar con su importante colaboración. El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas: “Test de evaluación de estrés” y “Prueba Creativa de Habilidades Sociales”

De aceptar participar en la investigación, me informarán todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas, se explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración.

Atte.

Nombre.....

Estudiante del Programa Académico de Psicología
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

De haber sido informado y estar de acuerdo, por favor rellene la siguiente parte.

Yo, acepto aportar en la investigación sobre “Relación entre estrés y habilidades sociales en adolescentes en una institución educativa de Andahuaylas 2022” del (de la) Sr (ta) Brenda Pamela Porras Medina, habiendo informado mi participación de forma voluntaria.

Día: / /

.....

Firma

Nombre

Anexo 7: Constancia de aplicación



"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA BELÉN DE OSMA Y PARDO



CONSTANCIA

Que, la Coordinadora de Tutoría y Orientación al estudiante (TOE) en coordinación con los tutores de 5to de secundaria de la institución educativa Belén de Osma y pardo otorga el permiso para realizar la aplicación de los instrumentos de investigación a la estudiante Brenda Pamela Porras Medina, del programa académico de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica; con su tesis titulada "RELACION ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE ANDAHUAYALAS - 2022".

Se expide la presente constancia a solicitud de la parte interesada, para los fines que contemple convenientes.

Andahuaylas 13 de Julio del 2022

.....
.....
.....



PERÚ

Ministerio
de Educación

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA BELEN DE OSMA Y PARDO



CONSTANCIA

Que, la estudiante Brenda Pamela Porras Medina, del programa académico de Psicología de la Universidad Autónoma de Ica; aplico de manera satisfactoria los instrumentos de la tesis titulada "RELACION ENTRE ESTRÉS Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE ANDAHUAYLAS - 2022".

Se otorga la presente constancia a solicitud del interesado.

Andahuaylas 13, de Julio del 2022

