



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

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

TESIS

**“HABILIDADES SOCIALES Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES
DE CUARTO Y QUINTO DE SECUNDARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA NUESTRA
SEÑORA DE LA MERCED, UGEL 05, 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

**Esperanza, Huamani Vizarreta
Doris Libertad, Gomez Quispe**

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Docente asesor:

Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada
Código ORCID N° 0000-0002-3770-1287

Chincha, Ica, 2022

Asesor

Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo Gonzales Zavala

-Dr. William Chu Estrada

-Dr. Martin Campos Martines

Dedicatoria

Primero, a Dios, por habernos permitido llegar hasta este punto y cumplir nuestras metas.

A nuestra familia (madre, hija, hermanos y a mi esposo), por sus consejos, sus valores y su apoyo en momentos de debilidad, por la motivación constante que nos ha permitido ser persona de bien, pero sobre todo, por el amor incondicional y la confianza.

Agradecimientos

A Dios, por este logro, por darnos salud y paciencia para superar las dificultades.

A nuestros padres, por darnos la vida, por amarnos como somos y por confiar en nosotras en esta larga y ardua carrera.

A nuestras familias, esposo e hijos, quienes son la razón de nuestra continua lucha y superación, muchas gracias por su comprensión y paciencia en estos largos años de ausencia.

A nuestros profesores, por sus enseñanzas impartidas durante nuestra formación profesional, a nuestros compañeros de aula porque también formaron parte de nuestro desarrollo profesional.

RESUMEN

Objetivo: demostrar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Material y método: tipo cuantitativo, nivel fue descriptivo que se ubica en el nivel descriptivo y correlacional. El diseño de la investigación es no experimental, de corte transversal. La población estuvo conformada por 155 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05. Los instrumentos utilizados fueron, la escala de habilidades sociales de Gismeros y la escala de Zung.

Resultados: con relación a la variable de las habilidades sociales se observó que, presentan un nivel medio (79.4%); mientras que, la menor proporción de participantes pertenecieron a un nivel alto (4.5%). Asimismo, presentan un nivel de no hay ansiedad ansiedad presente (64.5%).

Conclusiones: que, existe relación positiva muy baja entre el habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. ($p= 0.675 > 0.05$; $\rho: .034$). Asimismo, existe relación positiva muy baja entre habilidades sociales y síntomas sintomáticos ($p= 0.424 > 0.05$; $\rho: .065$). Y finalmente existe relación positiva muy baja entre habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. ($p=0.960 > 0.05$; $\rho: -.004$)

Palabras claves: habilidades sociales, ansiedad, síntomas somáticos.

ABSTRACT

Objective: To demonstrate the relationship between social skills and anxiety in fourth and fifth grade students of the Nuestra Señora de la Merced Educational Institution, UGEL 05, 2021.

Material and Method: Quantitative Tipo, level was descriptive that is located at the descriptive and correlational level. The research design is non-experimental, cross-sectional. The population was made up of 155 fourth and fifth high school students of the Nuestra Señora de la Merced Educational Institution, UGEL 05. The instruments used were the Gismeros social skills scale and the Zung scale.

Results: In relation to the variable of social skills, it was observed that they presented a medium level (79.4%); while the lowest proportion of participants belonged to a high level (4.5%). Likewise have a level of no anxiety anxiety present (64.5%)

Conclusions: That there is a very low positive relationship between social skills and anxiety in fourth and fifth grade students of the Public Educational Institution Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. ($p = 0.675 > 0.05$; $Rho: .034$).. Likewise, there is a very low positive relationship between social skills and symptomatic symptoms ($p = 0.424 > 0.05$; $Rho: .065$) . And finally there is a very low positive relationship between social skills and the affective symptoms dimension in fourth and fifth high school students of the Nuestra Señora de la Merced Public Educational Institution, UGEL 05, 2021. ($p=0.960 > 0.05$; $Rho: -.004$)

Keywords: social skills, anxiety. Symptomatic symptoms.

ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general.	vii
Índice de figuras y de cuadros	ix
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
2.1. Descripción del Problema	13
2.2. Pregunta de Investigación General	15
2.3 Preguntas de Investigación Específicas	15
2.4 Justificación e importancia	16
2.5 Objetivo General	18
2.6 Objetivos Específicos	18
2.7 Alcances y Limitaciones	19
III. MARCO TEÓRICO	
3.1. Antecedentes	20
3.2. Bases teóricas	26
3.3. Marco conceptual	44
IV. METODOLOGÍA	
4.1 Tipo y Nivel de la Investigación	48
4.2 Diseño de la Investigación	48
4.3 Población- muestra	49
4.4 Hipótesis general y específicas	50
4.5 Identificación de las variables	51
4.6 Operacionalización de las variables	52
4.7 Recolección de datos	54

V. RESULTADOS	58
5.1 Presentación de resultados	58
5.2 Interpretación de resultados	64
VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS	69
6.1 Análisis descriptivo de los resultados	69
6.2 Comparación resultados con marco teórico	70
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	74
Conclusiones	74
Recomendaciones	75
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	76
ANEXOS	80
Anexo 1: Instrumento Ficha de Validación Juicio de Expertos	81
Anexo 2: Instrumentos de Investigación.	85
Anexo 3: Ficha de Validación Juicio Expertos	88
Confiabilidad de los instrumentos	98
Anexo 4: Informe de Turnitin al 28% de similitud	99

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Descripción de estudiantes por grado de secundaria.	58
Tabla 2. Descripción por edad de estudiantes.	59
Tabla 3. Descripción por sexo de los estudiantes.	60
Tabla 4. Habilidades sociales en estudiantes.	61
Tabla 5. Ansiedad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria.	62
Tabla 6. Síntomas somáticos en estudiantes de secundaria.	63
Tabla 7. Síntomas afectivos en los estudiantes de secundaria.	64
Tabla 8. Prueba de normalidad de Habilidades sociales.	65
Tabla 9. Prueba de normalidad de la ansiedad.	66
Tabla 10. Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes.	67
Tabla 11. Habilidades sociales y síntomas somáticos en estudiantes.	68
Tabla 12. Habilidades sociales y síntomas afectivos en estudiantes.	69

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Estudiantes de secundaria por grado de estudios.	58
Figura 2. Edades de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria.	59
Figura 3. Estudiantes según sexo de cuarto y quinto de secundaria.	60
Figura 4. Habilidades sociales en estudiantes de secundaria.	61
Figura 5. Ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria.	62
Figura 6. Síntomas sintomáticos en los estudiantes de secundaria.	63
Figura 7. Síntomas afectivos en estudiantes de secundaria.	64

I. INTRODUCCIÓN

La presente tesis cuyo título es “Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.” se establece por medio de su incidencia. Cuando se habla de habilidades afirmamos que una persona es capaz de ejecutar una conducta; si hablamos de habilidades sociales estamos diciendo que la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entiéndase favorable como contrario a la destrucción. El término habilidad puede entenderse como destreza, diplomacia, capacidad, competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término social nos revela una señal de acciones de uno con los demás y de los demás para con uno (intercambio). (Hidalgo y Abarca, 1992).

Ahondando sobre las habilidades sociales, se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas.

Es preciso subrayar la idea de que la Institución Educativa, además de transmitir determinados conocimientos científicos y culturales, debe trabajar con especial interés en mejorar las habilidades sociales, al mismo tiempo trabajar aspectos concernientes a la ansiedad para mejorar el logro de sus competencias en este mundo cada vez cambiante, de acuerdo a los estándares por niveles exigidos. Aunque las estrategias concretas que utilizamos varían según lo que queramos aprender, cada uno de nosotros tiende a desarrollar unas preferencias globales.

En tal sentido es importante conocer por parte de las y los docentes de la Institución Educativa, de parte de los estudiantes cuáles son esas

habilidades sociales que tienen cada uno de ellos y a partir de ello, los docentes pueden trabajar para mejorarlos, y por cierto, también conocer cuáles son los niveles de ansiedad que se manifiestan en cada uno de los estudiantes, de tal modo, que conociendo estas variables se pueden trabajar para mejorar considerablemente los logros de competencia de los estudiantes de Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, se identificaron problemas en los estudiantes que sirvieron de motivación para la realización de la presente investigación, como la postergación de actividades tanto a nivel académico, social y familiar, siendo factores que pueden afectar o incidir en los niveles de habilidades sociales y en consecuencia, en los estilos de aprendizaje del estudiante. Es por ello, que se planteó determinar la incidencia que existe entre las habilidades sociales y estilos de aprendizaje del estudiante, ya que esta segunda variable es trascendental para su formación académica.

El estudio realizado consta de varios capítulos que se detallan en forma organizada a continuación. El capítulo I, da una introducción a la investigación donde se resume el tema central y objetivo principal. El capítulo II, consideró la descripción del planteamiento del problema, preguntas de investigación, tanto general y específicos; objetivo general, objetivos específicos y la justificación e importancia. El capítulo III, presenta los conceptos teóricos sobre los que se fundamenta la investigación, entre ellos, se encuentran los antecedentes y marco conceptual. El capítulo IV, está referido al método de la investigación, dentro de ello, el tipo y diseño, la variable de estudio, operacionalización de variables, población y muestra, técnicas e instrumentos, así como las técnicas de análisis e interpretación de datos. El capítulo V, muestra los resultados obtenidos a partir del análisis de los datos. El capítulo VI, se refiere a la discusión de la investigación.

Finalmente, se presentaron las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos respectivos.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

La investigación tuvo como propósito demostrar la relación entre habilidades sociales y ansiedad, para aclarar mejor esta problemática partimos poniendo en conocimiento de que el ser humano por naturaleza es un ente social, en la actualidad a nivel mundial se ha experimentado cambios sociales, económicos, culturales, los mismos que han deteriorado los valores y metas, y se ha apuntado hacia una consecución de éxito, con una visión individualista, lo que afecta a la interacción social.

Hoy en día se ve cómo la tecnología ha ido tomando lugar como medio de socialización, dificultando así la comunicación directa. El grupo familiar se ve afectado por la extensa jornada de trabajo de los padres, el aumento de separaciones matrimoniales son aspectos que han limitado el desarrollo de las habilidades sociales en los niños y adolescentes. Por ello, en la presente investigación se tomó como aspecto primordial el ámbito educativo, sabiendo que el sistema escolar constituye un espacio de convivencia. Cada día en la escuela, los estudiantes se esfuerzan para establecer y mantener relaciones interpersonales, tratando de desarrollar identidades sociales y un sentido de pertenencia. Observan y adquieren modelos de conducta que imitan de los otros y son gratificados por comportarse de manera aceptable para sus compañeros y para sus profesores.

El ambiente cargado de evaluaciones en sus diversas modalidades del sistema educativo contribuye, además, al incremento del temor que puede provocar el contacto interpersonal extraescolar, especialmente cuando el estudiante se siente inseguro de sus habilidades sociales y tiene temor a las evaluaciones negativas de sus compañeros, amigos y profesores. Asimismo, los estudiantes ansiosos con frecuencia presentan problemas en su socialización, porque su

dependencia del adulto y sus propias aprehensiones, los hacen aparecer muy infantiles ante sus compañeros.

En la actualidad es importante entender que la escuela, es el segundo agente de socialización donde el niño va a aprender y desarrollar conductas de relación interpersonal. Los objetivos de la escuela, por tanto, no deben enfocarse solamente hacia los contenidos, sino hacia un desarrollo integral del niño como persona, y para ello, es necesario el entrenamiento en habilidades sociales puesto que los déficits en estas habilidades que aparecen a edades tempranas se agravan con el tiempo. Además, los comportamientos interpersonales adecuados se consideran requisitos imprescindibles para una buena adaptación a la vida.

Es importante mencionar que las habilidades sociales tienen relación con la ansiedad. Se considera que el ser humano maneja cierto nivel de ansiedad a lo largo de su vida. Sin embargo, cuando la persona no logra manejar situaciones que se escapan de sus manos o en las que se ve amenazada, su nivel de ansiedad aumenta provocando un ambiente que no es el apropiado para contar con una salud mental que requiere para poder vivir plenamente. Datos de la Organización Mundial de la Salud del año 2021 situaban en aproximadamente 450 millones el número de personas aquejadas de algún tipo de trastorno mental en todo el mundo. Los trastornos de ansiedad son considerados, en la actualidad, como los trastornos mentales más comunes en los Estados Unidos. En algún momento de sus vidas se prevé que cerca del 25% de la población experimentará algún tipo de trastorno de ansiedad y están en todos lados y ámbitos como el educativo, familiar, social y laboral. Hoy en día uno de los más importantes desafíos en la educación es atender a las distintas necesidades educativas de los estudiantes, transformando paulatinamente las escuelas en ámbitos donde todos y cada uno de los estudiantes tengan las mismas oportunidades y posibilidades de progresar, considerando sus características personales y sociales.

Al realizar la entrevista en la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced sobre la ansiedad y habilidades sociales la tutora y el comité de tutoría y orientación del educando (TOE), manifiesta que no se ha hecho investigaciones referentes al tema por lo que no disponen de datos estadísticos que permitan conocer el nivel de ansiedad o el nivel de desarrollo de las habilidades sociales, y esto se ha convertido en un problema, ya que cada año existen casos reportados de estudiantes con dificultades en las relaciones sociales, conductas agresivas hacia sus compañeros y docentes, dificultad para acatar normas o reglas, y son conscientes que estos comportamientos tienen un efecto negativo para el desarrollo de relaciones saludables entre compañeros y compañeras.

Para concluir, la problemática como se ha referido en los párrafos anteriores de las habilidades sociales y ansiedad, es un problema psicosocial que se está manifestando a nivel local, en la Ugel 05, donde se ha notado falta de interés en la sistematización para hacer frente a este problema, situación que hace importante en esta investigación su planificación y ejecución, considerando, las técnicas de observación y encuesta con las cuales se podrá detectar en la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, si existen indicadores del problema de habilidades sociales y ansiedad. Por lo que se considera necesario plantearse la siguiente interrogante. ¿Existe relación entre habilidades sociales y la ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021?

2.2. Pregunta de investigación general

¿Existe relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021?

2.3. Preguntas de investigación específica

¿Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021?.

¿Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021?

2.4. Justificación e importancia

2.3.1 Justificación

La investigación realizada fue necesaria presentar la justificación teórica, práctica, metodológica y social que a continuación se detallan:

La justificación teórica: fue relevante e importante porque estuvo enmarcado dentro de los enfoques teóricos actualizados de las habilidades sociales y ansiedad que servirán para describir, predecir, explicar y controlar la problemática en estudio, así mismo, va permitir que se puedan hacer recomendación para controlar y predecir los estados ansiosos, así como los niveles de las habilidades sociales en estudiantes en estudio, si esto resultara positivo, permitirá fortalecer la relación entre estos dos aspectos, de lo contrario, deberán ser replanteados, para disminuir los riesgos que pudieran determinar los resultados.

Justificación práctica. Los resultados sirven para poder recomendar a obtener, si las habilidades sociales se relacionan y se replican en el campo clínico, si esta situación fuera así, el

presente estudio permitirá resaltar la relación existente entre ambas variables de estudio, y de no ser el caso, replantearlo para minimizar los riesgos. De tal manera, que si se ven casos con ansiedad es muy seguro que esto puede ocasionar ansiedad en estudiantes.

Justificación metodológica. En la presente investigación la justificación metodológica es relevante e importante porque se utilizaron métodos y técnicas de intervención como la observación, psicométricos o encuestas para identificar y describir el problema en el estudio, así mismo, se va demostrar o probar la validez del contenido de los dos instrumentos: escala de habilidades sociales de Gismeros y escala de ansiedad de Zung. por dos psicólogos de la especialidad por juicio expertos, de igual forma se va obtener la confiabilidad del instrumento durante el proceso estadístico con el alfa de Cronbach. Así mismo, favorecerá en primer lugar a confirmar la validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación, su utilización permitirá recolectar y analizar datos en la población estudiada.

Justificación social: la justificación social fue importante y relevante porque con los resultados obtenidos servirán para poder recomendar en el trabajo de investigación, identificación y manejo de la ansiedad y entrenamiento en habilidades sociales, que servirá para los estudiantes de secundaria, permitirá recolectar y analizar datos de la población estudiada tomando en casos anteriores lo que corroboraría su validez. Además, como aporte de la investigación serán los resultados a obtenerse, que muestren la situación actual de las variables de estudio, propiciando la implementación de medidas correctivas o de fortalecimiento de ser el caso, enmarcados de los lineamientos de la psicología.

2.3.2. Importancia.

La investigación realizada fue de gran importancia, porque permitió establecer la relación entre las variables, habilidades sociales y ansiedad, lo que va contribuir para estudios posteriores que presenten situaciones similares al que se planteó.

Por consiguiente, al tener niveles bajos de las habilidades sociales puede traer consecuencias niveles de ansiedad en los estudiantes, Es por ello, el presente trabajo de investigación se consideró importante, puesto que los resultados fueron incluidos en los documentos de gestión de la institución educativa.

2.5. Objetivos general

Demostrar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

2.6. Objetivos específicos

Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión de síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión de síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

2.7. Alcance y limitaciones

2.6.1 Alcances

- **Delimitación social:** la población de estudio abarca estudiantes de educación secundaria.
- **Delimitación espacial o geográfica:** el estudio fue llevado a cabo en la Institución Educativa Nuestra Señora de la Merced.
- **Delimitación temporal:** la investigación se desarrolló en el transcurso del 2021.

2.6.2. Limitaciones

La limitación abarca todas aquellas restricciones a que se enfrenta el investigador durante el proceso de investigación, en especial en la actual situación sanitaria a causa de las medidas de seguridad y el acceso a los estudiantes.

- La poca accesibilidad a los estudiantes de la Institución educativa, Nuestra señora de la merced.
- Aplazamiento de la culminación de la investigación.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Revisando diversas bibliografías sobre los temas de habilidades sociales y ansiedad se encontraron los diferentes estudios, en las variables que sirvieron para poder realizar la presente investigación.

3.1.1 Internacionales

Tamayo. R. D. (2018) elaboró la presente investigación denominada “La ansiedad frente a las habilidades sociales y relaciones interpersonales en estudiantes de primer año de bachillerato de una institución educativa del cantón Alausí, provincia de Chimborazo” nos explica que, la ansiedad, esa sensación de miedo generalizado, alcanza a las personas de cualquiera edad, al afrontar una situación amenazante o difícil. Un cierto nivel de ansiedad es normal, e incluso puede ayudar a mejorar el rendimiento en circunstancias exigentes. Más aún en la adolescencia, etapa de adaptación a nuevas interacciones sociales; y es así que el presente trabajo titulado: “la ansiedad frente a las habilidades sociales y relaciones interpersonales en estudiantes de primer año de bachillerato de una institución educativa del cantón Alausí, provincia de Chimborazo” presenta como conclusiones, un cuadro de ansiedad leve, predominante en la muestra y una presencia significativamente baja de casos de ansiedad moderada y severa. El método empleado fue el científico. Partiendo del deductivo, es decir, de la generalidad de las teorías al análisis particular de la muestra no probabilística de 50 estudiantes. Utilizando la investigación de tipo descriptiva y correlacional, para establecer el grado de relación de la ansiedad frente a las relaciones interpersonales, y las habilidades sociales como la asertividad para expresar emociones y pensamientos, hacer cumplidos, defender posiciones, etc., de estos adolescentes.

Rosales. A. C. (2018) realizó una investigación cuyo objetivo se centró en determinar el nivel de ansiedad y habilidades sociales que manejan el grupo de estudiantes de sexto perito contador sección b de la Escuela Nacional de Ciencias Comerciales de Occidente; por lo que se les aplicó dos instrumentos de manera colectiva, el primero el STAI-82 el cual da a conocer el nivel de ansiedad en el que se encuentra el sujeto y el EHS escala de habilidades sociales este permitió poder saber si se tiene alguna dificultad en alguna de las áreas, el estudio es de tipo descriptivo y la metodología estadística es significación y fiabilidad de medias normales. Como principal conclusión se identificó que la ansiedad que más resalto en el grupo de estudio ha sido la ansiedad estado y las sub-escalas más destacadas dentro del grupo han sido tres las cuales son decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto; por lo tanto, la recomendación más importante es brindar programas de intervención terapéutica así mismo implementar actividades de integración social a los estudiantes. Palabras claves: ansiedad, habilidades sociales, emociones, conductas e interacciones.

Caballero. S. V. et al. (2018). En el presente artículo de investigación los autores ponen en evidencia sobre las habilidades sociales (HHSS) que son comportamientos sociales que favorecen la competencia social. Los comportamientos agresivos evidencian déficits en la efectividad de las interacciones sociales. El propósito del estudio fue comparar las HHSS y el comportamiento agresivo de adolescentes escolarizados de 12 a 17 años, de diferente nivel socioeconómico (NSE) del Gran San Miguel de Tucumán (Argentina). Se trabajó con un diseño no experimental, transversal-descriptivo. La muestra intencional fue de 1208 adolescentes. Se empleó la batería de socialización BAS-3, el cuestionario de conducta antisocial CC-A y una encuesta

sociodemográfica. Se empleó r de Pearson y t de Student para grupos independientes. Un 18% de adolescentes presentaba comportamientos agresivos, aunque el NSE no afectaba dichos comportamientos. Los adolescentes de NSE bajo referían más habilidades de autocontrol y liderazgo que sus pares de NSE alto. Sin embargo, este grupo también mostraba déficits de retraimiento y ansiedad social/timidez. Se observó que los adolescentes más agresivos se percibían con menos habilidades de consideración con los demás y autocontrol. Los resultados proveen información valiosa a nivel local para diseñar programas de promoción de habilidades sociales asertivas.

Proaño. A. L. (2016). La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales. La metodología se enmarcó en la investigación cuantitativa, en razón de que se interpretó el problema, que siendo de carácter social, implicó investigar los pensamientos y sentimientos de los estudiantes y sustentar a través del marco teórico y de la investigación mediante datos estadísticos. Se utilizó la técnica psicométrica aplicando el test BAS que permitió medir el nivel de desarrollo de las habilidades sociales y el test CR-MAS para determinar los niveles de ansiedad. Dando como resultado una relación medianamente significativa, que da origen a la elaboración de un programa de entrenamiento en las habilidades sociales y técnicas que permitirán disminuir los niveles de ansiedad, tomando en cuenta que las habilidades sociales son fundamentales para el desenvolvimiento social de las personas.

Caballo. V. E. (2014). El presente artículo de investigación correspondiente a la relación entre las habilidades sociales (HHSS) y la ansiedad social (AS) ha sido planteado conceptualmente pero poco estudiado a nivel empírico. Más

escasos son los trabajos sobre la relación entre las HHSS y los estilos/trastornos de la personalidad (TTPP). El presente trabajo pretendió hallar las posibles relaciones entre las HHSS por una parte, y la AS y los estilos/TTPP, por la otra, en una muestra mayoritariamente de estudiantes universitarios. Las correlaciones entre las puntuaciones totales de los instrumentos de HHSS y AS fueron de moderadas a altas y negativas, es decir, que a menor habilidad social mayor AS y viceversa. Se obtuvo también este mismo nivel de correlaciones al analizar las dimensiones específicas de cada constructo, lo que muestra que hay aspectos que se comparten entre las HHSS y la AS. Por otra parte, las relaciones entre HHSS y TTPP varían según el estilo/trastorno de personalidad específico. La mayoría de las correlaciones son negativas, excepto para los estilos/trastornos histriónico, narcisista, obsesivo compulsivo y antisocial de la personalidad. Estos resultados ofrecen apoyo a una parte importante de las características interpersonales de cada uno de los trastornos de la personalidad. Palabras clave: habilidades sociales, ansiedad social, estilos de personalidad, trastornos de la personalidad.

3.1.2. Nacionales:

Zapata. (2021). Realizó el trabajo de investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre las habilidades sociales y la ansiedad en los estudiantes de 2do año de secundaria, siendo una investigación correlacional cuantitativa y tipo transversal con diseño no experimental, en una muestra no probabilística de 36 alumnos, utilizando la técnica de la encuesta y se aplicaron el cuestionario de habilidades sociales del MINSA y adaptada por Miranda y la escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung. Los resultados evidenciaron que los niveles altos en las habilidades sociales atenuarían los niveles de ansiedad, debido a que las habilidades sociales son respuestas habilidosas que dan

oportunidad de actuar frente a distintos contextos. Por ello se concluye que las habilidades sociales son un componente que predice los estados cognitivos ansiosos de los estudiantes, por ello es esencial desarrollar dichas habilidades que promuevan la adecuada interacción desde los primeros años de vida de los estudiantes. Palabras clave: habilidades, sociales, ansiedad, secundaria, estudiantes.

Sánchez. D. (2016). Realizó la investigación que tuvo como objetivo determinar la relación existente entre la ansiedad estado - rasgo y las habilidades sociales en alumnos del nivel secundario de la institución educativa policial Mariano Santos Mateos. La muestra estuvo constituida por 144 estudiantes de 2º, 3º y 4º año de educación secundaria. Para dicha investigación se les aplicó a los estudiantes dos instrumentos, el inventario de ansiedad rasgo – estado (IDARE) y la escala de habilidades sociales de Gismo. Al analizar los resultados encontrados podemos ver que la ansiedad estado y las habilidades sociales se correlacionan altamente significativa al $p < 0.05$ de manera negativa, donde a menor ansiedad estado mejoran las habilidades sociales. Por otro lado, se observa una relación negativa entre la ansiedad rasgo y las habilidades sociales al $p < 0.05$ observándose el mismo fenómeno. Palabras clave: ansiedad, estado, rasgo, habilidades sociales, adolescencia, reacciones.

Gonzales. M. R. (2018). La investigación titulada: Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala, 2018, tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre las habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala, 2018. El método empleado fue hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; el diseño fue no experimental de corte transversal. La

población estuvo formada por 187 estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe, la muestra 126 y el muestreo fue de tipo probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad alfa de Cronbach, siendo este valor de 0,937 para el cuestionario de habilidades sociales y 0,801 para el cuestionario de ansiedad. Se llegó a las siguientes conclusiones: (a) existe una relación significativa, negativa muy débil entre las variables habilidades sociales y ansiedad ($r = -0,222$ y , (b) respecto a la dimensión habilidades sociales avanzadas y ansiedad ($r = -0,276$ y) se concluye que existe una relación significativa, negativa débil y (c) existe una relación significativa, negativa muy débil entre la dimensión habilidades alternativas a la agresión y ansiedad ($r = -0,231$ y). Estos resultados se traducen en que a mayor desarrollo de las habilidades sociales menor es el nivel de ansiedad en los estudiantes. Palabras claves: habilidades sociales, ansiedad.

Lapa. R. B. (2019). Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre ansiedad y habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de San Martín de Pangoa. El estudio se basó en una investigación de tipo básica, de nivel descriptivo, de diseño correlacional, con tipo de muestreo no probabilístico intencional con criterio de inclusión y exclusión, donde el número de muestra fue de 121 estudiantes que oscilan entre 12 a 17 años, para ello se aplicaron los instrumentos: la escala de ansiedad manifestada en niños (revisada) CMAS-R y la escala de habilidades sociales (EHS), ambos instrumentos fueron adaptados bajo criterio de jueces, para obtener la confiabilidad se usó el alfa de Cronbach obteniendo un alto nivel $\alpha=0,753$ en la escala de ansiedad y $\alpha=0,803$ significando un nivel alto en la escala de

habilidades sociales. Para probar la hipótesis se empleó el instrumento de investigación de tau b de Kendall donde se obtuvo como resultado $t = -0,315$ concluyendo que existe una relación inversa baja significativa entre la ansiedad y las habilidades sociales que permitirán la elaboración de programas de entrenamiento en habilidades sociales y sobre el manejo adecuado de ansiedad. Palabras claves: ansiedad y habilidades sociales.

Marcos. J. & Romero. E. (2021). El trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de Psicología de la Universidad Alas Peruanas, Cusco-2021, de nivel descriptivo correlacional de diseño no experimental de corte transversal, cuya muestra fue constituida por 30 estudiantes. Se aplicó la Escala EHS y la Escala (EAA), El 23,3% (7) presentan un nivel bajo, un 70.0% (21) se encuentra en un nivel medio, y finalmente el 6,7% (2) tiene un nivel alto de habilidades sociales. En los resultados de ansiedad se observan que, el 40,0% (12) presentan un nivel bajo, un 56.7% (17) se encuentra en un nivel medio, y finalmente, 3,3% (1) tiene un nivel alto de ansiedad. Los datos evidencian que no existe correlación entre habilidades sociales y ansiedad, hallándose como resultado ($\rho=-0,61$ con un valor $p\text{-valor}=0,747$). Finalmente se puede concluir que al tener habilidades sociales no garantiza que se deje de experimentar ansiedad, existe una diversidad de factores como la rutina académica, familiar, laboral que generan ansiedad en los estudiantes. Palabras claves: habilidades sociales, ansiedad.

3.2. Bases teóricas

3.2.1 Habilidades sociales

Son el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes en situacionalmente específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto

interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia del auto reforzamiento y maximiza las probabilidades de conseguir refuerzo externo (Gismero, 2000).

La habilidad social “es considerado como un conjunto de comportamientos aprendidos y adquiridos, donde se establece que el grado de efectividad de una persona dependerá de lo que desea lograr en la situación particular en que se encuentre” (Paula, 2000). Según este autor, definió la habilidad social como un conjunto de conductas emitidas por el individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos a la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas (Caballo, 1993).

Componentes de las habilidades sociales

Las habilidades sociales o también conocido como competencia social, definitivamente están ligadas a estructuras o componentes que ayudan a desarrollar y fortalecer. Quiere decir; si existe un buen soporte emocional y un buen soporte educativo los resultados serán significativos.

Componente familiar

Todos concuerdan que la familia es un componente fundamental para crecer en cada aspecto de la vida. Es la base para desarrollar cualquier logro a lo largo del proceso de aprendizaje. Y que mejor cuando se trata de las habilidades sociales. Por su parte García, Vázquez y Vázquez (2007)

aludieron que la familia es el motor de impulso para construir una base sólida para el buen desarrollo de las habilidades sociales, son como redes conectadas entre sí, mientras exista una buena comunicación, siempre habrá posibilidades de ser personas con capacidades de actuar de manera positiva ante la sociedad. Una fallida participación de los padres inhibe las habilidades sociales, perjudica el buen desempeño en un futuro. De ahí la importancia del involucramiento de los apoderados, ya que es un soporte fundamental en el proceso de maduración (López, 2008).

Buey y Varela (2009) manifestaron que los familiares influyen de manera directa para la construcción y el reforzamiento de las habilidades sociales. Es mucho mejor si este va acompañado del ejemplo. En la familia es donde se aprende desde un inicio a manejar las emociones y aquellas competencias sociales que promueven el bienestar con los demás, es allí donde la persona desde sus primeros días de vida se instruye a tener buenos hábitos, buenos valores, buenas actitudes y a valorar las normas sociales y las creencias de los demás. Es así que Valdez, Madrid, Carlos y Martínez (2016) manifestaron que el desarrollo integral de las actividades y las conductas asertivas están íntimamente relacionadas con la influencia familiar. Las actividades diarias, el ambiente positivo o negativo dicen mucho en la formación y la capacidad de afrontamiento social.

Oyarzún, Estrada, Pino y Oyarzún (2012a) concordaron con esta aportación y añadieron que hasta los trastornos mentales pueden reducir con la participación familiar. Estos investigadores dijeron que los lazos de amistad con compañeros educativos, compañeros de trabajo y los componentes familiares sirven de soporte para un buen desarrollo de las habilidades sociales. Interpersonales, el buen estilo de vida, el apego a los estudios, la madurez social y todas las habilidades que se necesita para

enfrentar el mundo real.

- Componente escolar. Sin lugar a duda, la etapa escolar es la que ocupa gran parte de la vida de la persona, es por ello que diversos autores dan mucho énfasis y realce al tema.
- Dueñas y Senra (2009) aseguraron que gran parte de las competencias sociales eran aprendidas durante el período escolar. En su estudio encontró gran parte de las personas demostraron agradecimientos a su centro de formación básica, regular y de grado.
- De ahí que Salvador, Fuente y Álvarez (2009) manifestaban que los educadores deben conocer y estar conscientes de la responsabilidad que descansa en ellos, esto debido a ejemplo que imparten de manera consciente o inconsciente.
- Los centros de formación escolar no simplemente son lugares de aprendizaje académico sino que cada vez son instituciones complejas debido a las enseñanzas multidisciplinares. Allí se promueven talleres, espacios culturales, todo esto buscando encontrar un puesto con mayor relevancia frente a la competencia, a su vez se necesita la participación oportuna de los docentes (Antúnez, citado por Salvador et al., 2009).
- La prosperidad o el fracaso en las habilidades sociales dependen en gran manera de la escuela, porque si no se dio un buen sostén en la familia, la escuela es la que puede llenar aquel espacio (López, 2008) y va depender de las estrategias para reconocer las necesidades basado en un contexto sociocultural-afectivo (Contini et al., 2013).

- Cuando se está en los años escolares la participación y la capacidad de recepción es mucho más susceptible ante cualquier enseñanza, es por ello que se puede construir diferentes teorías en la mente del estudiante, (Betina y Contini, 2011), además es un buen momento como perfeccionar las habilidades sociales y darle un toque de integración y participación activa en la sociedad (Mudarra y Garcia, 2016).
- Valdez et al. (2016) sostenían que las conductas asertivas y la buena conducta social provienen de una educación escolar sana. No existe otro momento oportuno para fortalecer estas habilidades (Salvador et al., 2009), además no puede haber excusa suficiente como para no actuar oportunamente frente a situaciones que ponen en riesgo la integridad del educando (Lozano, 2012).
- El inicio de las respuestas asertivas, la expresión de sentimientos, enfrentarse a la autoridad y la iniciación de los sentimientos y otras cosas más, son producidas justo en la época escolar (Rabazo y Fajardo, 2004), si bien es cierto que no se puede exigir u obligar al estudiante, pero si se puede influenciar en ellos, a través del ejemplo y las buenas costumbres practicadas (Camacho, 2012).
- Por otro lado, es menester mencionar que cuánto mayor sean las habilidades sociales, mejores resultados se obtienen en el rendimiento académico (Estrada, Pino y Oyarzún, 2012b), no está demás volver a mencionar que las entidades educativas deben interesarse en la formación de las habilidades sociales, porque los resultados son muy favorables (Mudarra & Garcia, 2016).

Clasificación de las habilidades sociales

Según los autores Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (1989) las habilidades sociales se clasifican en seis grupos:

- **Las habilidades sociales primarias**, que consisten en escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido.
- **Las habilidades sociales avanzadas**, que consisten en pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás.
- **Habilidades relacionadas con los sentimientos**, que consisten en conocer los propios sentimientos, expresar sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar el afecto, enfrentar el miedo y autorecompensarse.
- **Habilidades alternativas a la agresión**, que consisten en pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas.
- **Habilidades para hacer frente al estrés**, que consisten en formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad tras un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le deja de lado, defender a un/a amigo/a, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, prepararse para una conversación difícil y hacer frente a presiones del grupo.
- **Habilidades de planificación**, que consisten en tomar iniciativa, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea.

Dimensiones de las habilidades sociales.

Los conceptos que presentamos a continuación están planteados por Ruíz (2006) quien adaptó la prueba para Perú.

- 1. Autoexpresión de situaciones sociales:** “este factor refleja la capacidad de expresarse uno mismo de forma y sin ansiedad en distintos tipos de situaciones sociales, entrevistas laborales, tiendas, lugares oficiales, en grupos y reuniones sociales, etc. Obtener una alta puntuación indica facilidad para las interacciones en tales contextos. Para expresar las propias opiniones y sentimientos, hacer preguntas”.

- 2. Defensa de los propios derechos como consumidor:** “una alta puntuación refleja la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo (no dejar colarse a alguien en una faja o en una tienda, pedir a alguien que habla en el cine que se calle, pedir descuentos, devolver un objeto defectuoso, etc.”.

- 3. Expresión de enfado o disconformidad:** “una alta puntuación en esta sub escala indica la capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y/o desacuerdos con otras personas. Una puntuación baja indicia la dificultad para expresar discrepancias y el preferir callarse lo que a uno le molesta con tal de evitar posibles conflictos con los demás (aunque se trate de amigos o familiares)”.

- 4. Decir no y cortar interacciones:** “refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (tanto con un vendedor como con amigos que quieren seguir charlando en

un momento en que queremos interrumpir la conversación, o con personas con las que no se desea seguir saliendo o manteniendo la relación) así como el negarse a prestar algo cuando nos disgusta hacerlo. Se trata de un aspecto de la aserción en lo que lo crucial es poder decir no a otras personas y cortar las interacciones - a corto o largo plazo - que no se desean mantener por más tiempo”.

5. **Hacer peticiones:** “esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo (que nos devuelva algo que le prestamos que nos haga un favor) o en situaciones de consumo (en un restaurante no nos traen algo tal como lo pedimos y queremos cambiarlo, o en una tienda nos dieron mal el cambio) Una puntuación alta indicaría que la persona que la obtiene, es capaz de hacer peticiones semejantes a estas sin excesiva dificultad mientras que una baja puntuación indicaría la dificultad para expresar peticiones de lo que queremos a otras personas”.

6. **Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto:** “el factor se define por la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto (una conversación, pedir una cita...) y de poder hacer espontáneamente un cumplido un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo. En esta ocasión se trata de intercambios positivos. Una puntuación alta indica facilidad para tales conductas, es decir tener iniciativa para comenzar interacciones con el sexo opuesto y para expresar espontáneamente lo que nos gusta del mismo. Una baja puntuación indicaría dificultad para llevar a cabo espontáneamente y sin ansiedad tales conductas”.

7. **Ecuanimidad:** facultad de pensar y juzgar con imparcialidad fue relegado del tribunal por falta de ecuanimidad. Impasividad, impavidez, paciencia injusticia, parcialidad.

Modelos teóricos de habilidades sociales

Distintos modelos teóricos se están considerando en esta investigación, todos aquellos que han definido y enfatizado diferentes aspectos de las habilidades sociales y su aporte a los estudiantes de secundaria.

Modelo de aprendizaje social

Según el modelo de aprendizaje social, las habilidades sociales se aprenden a través de experiencias interpersonales directas o vicarias, y son mantenidas y/o modificadas por las consecuencias sociales de un determinado comportamiento. El refuerzo social tiene un valor informativo y de incentivo en las subsecuentes conductas sociales. El comportamiento de otros constituye una retroalimentación para la persona acerca de su propia conducta. (Hidalgo, C. & Abarca, N, 1992) Estas vertientes de aprendizaje, experiencia, modelaje e instrucción van generando las expectativas de autosuficiencia en el ámbito interpersonal. Los enfoques provenientes de la psicología social con las teorías conductuales de aprendizaje. Vygotsky señaló que el desarrollo individual de un niño y los procesos sociales estaban vinculados. Toda función psicológica aparece dos veces, primero a nivel social (interpersonal), y después a nivel individual (intrapersonal); primero entre personas y después en el interior del propio niño. Por lo que todas las funciones se originaban como relaciones entre seres humanos. Además, los procesos y/o formas psicológicas superiores (comunicación, razonamiento, atención voluntaria, memoria, formación de conceptos, etc.) tienen origen socio-cultural.

Modelo cognitivo

Ladd y Mize (1983) definieron las habilidades sociales como la habilidad para organizar cogniciones y conductas en el curso integrado de acción dirigido hacia metas interpersonales o sociales que eran culturalmente aceptadas. Dichos autores planteaban que para un funcionamiento social efectivo eran necesarias tres componentes:

- a. Conocer la meta apropiada para la interacción social.
- b. Conocer las estrategias adecuadas para alcanzar el objetivo social.
- c. Conocer el contexto en el cual una estrategia específica puede ser apropiadamente aplicada. También sostenían que no bastaba conocer las conductas, sino que era necesario poder implementarlas, por lo cual enfatizaron la importancia de ciertos factores comunicacionales y su relación con valores, mitos y normas culturales que determinaban también que la persona lleve a cabo o no una determinada conducta.

Vigotsky (1977) hablaba respecto al pensamiento y lenguaje. Jean Piaget sostuvo que el niño tenía que ir construyendo tanto sus presentaciones de la realidad como sus propios instrumentos del conocimiento y su inteligencia (Herrera de Amat, 2003). Para ello, parte de un funcionamiento que fue común con otros seres vivos y actuando sobre la realidad descubre las propiedades de esta. El conocimiento (construcción) es siempre el resultado de una interacción entre las capacidades del sujeto y las propiedades de la realidad, que el sujeto construye. También señaló que el aprendizaje era un proceso social que debía suceder entre los grupos colaborativos con la interacción de los pares en unos escenarios lo más natural posibles.

3.2.2 Ansiedad

Para el estudio realizado se consideró necesario definir la ansiedad, que ayudaron a comprender la problemática en estudio por lo que se pasa a definir a continuación.

Definiciones de ansiedad:

García, Magaz, García, Sandin, & Corregido, (2011, pág. 11) consideran que es una respuesta psicofisiológica que se produce al percibir el individuo la presencia o la inminente presencia de una situación contextual que constituye o puede constituir un riesgo para su bienestar.

Para Rodríguez en el 2005, la ansiedad se encuentra constituida por emociones, pero viene acompañada de cogniciones, de intuiciones, de recuerdos, de anticipaciones imaginativas y de necesidades.

Finalmente, Rojas, (2014, pág, 29) lo define como una emoción negativa que se vive como amenaza, como anticipación cargada de malos presagios, de tonos difusos, desdibujados, poco claro

Sistemas de respuesta de la ansiedad:

Rojas (2014, pág. 26) sostiene que la ansiedad no es un fenómeno unitario, ya que puede tener cuatro componentes esenciales que provocan cuatro sistemas de respuesta

a) Respuestas físicas, son manifestaciones somáticas y se deben a una activación del sistema nervioso autónomo, los principales síntomas son:

- Taquicardia.
- Pellizco gástrico / nudo en el estómago.
- Dificultad respiratoria.
- Opresión precordial.
- Sequedad de boca.
- Aumento del tono muscular.
- Náuseas o deseos de vomitar.
- Despeños diarreicos.
- Dificultad para tragar.
- Vértigos o inestabilidad espacial.

b) Respuestas de conducta, son manifestaciones observables de forma objetiva y que generalmente son motoras. Los más frecuentes son los siguientes síntomas:

- Contracción de los músculos de la cara.
- Temblores diversos: en manos, brazos, piernas, etc.
- Bloqueo generalizado (como una cierta paralización motora)
- Estado de alerta.
- Irritabilidad.
- Respuestas desproporcionadas a estímulos externos simples.
- Moverse de un sitio para otro (caminatas sin rumbo).
- Cambios y altibajos en el tono de la voz.
- Tensión mandibular.
- Morderse las uñas o los padrastrós.
- Jugar con objetos en las manos o necesitar tener algo entre las manos.

c) Respuestas cognitivas, se refiere al modo de procesar la información que le llega y afecta a la percepción, la memoria, el pensamiento y la forma de utilizar los instrumentos de la inteligencia. Sus principales síntomas son:

- Inquietud mental.
- Miedos, temores de anticipación de lo peor.
- Preocupaciones obsesivas.
- Pensamientos intrusos negativos.
- Pesimismo generalizado (sin base real).
- Dificultades de concentración.
- Pensamientos de los que no se puede liberar.
- Cualquier noticia le afecta negativamente.
- Se acuerda más de lo negativo que de lo positivo.

d) Respuestas asertivas, hacen referencia al contacto interpersonal. Sus síntomas más sobresalientes son:

- Le cuesta mucho iniciar una conversación con alguien que se encuentra.
- Le cuesta mucho presentarse a sí mismo en una reunión social.
- Le cuesta decir que no o mostrar desacuerdo.
- Bloqueo en las relaciones sociales.
- Está muy pendiente de lo que los demás puedan opinar de él.
- Prefiere pasar desapercibido cuando está con gente.

En cada caso, la ansiedad mezcla unos síntomas y otros se desdibujan o desaparecen. Se les llama respuestas fragmentadas.

Tipos de ansiedad:

Rojas (2014, pág. 30) en su libro ¿Cómo superar la ansiedad?, sostiene que la ansiedad continua se convierte en la puerta de entrada de las enfermedades psicosomáticas, como la gastritis, úlcera de estómago, dolores musculares, etc.; y el miedo es más que todo una reacción emocional ante un peligro externo y que puede ser identificado.

Rojas (2014, pág. 31) refiere que existe una ansiedad creativa, la que considera de positiva y conducente a un mejor progreso de la persona; es una tensión emocional que conduce a una persona a mejorar, a manifestar lo mejor que lleva dentro y a depurar los aspectos negativos de su forma de ser. Una ansiedad negativa, en la que se manifiesta el bloqueo, malestar físico y psicológico, que se combinan con ideas y pensamientos negativos y provoca un estado de paralización, envuelto en amenazas y sentimientos de temor.

Trastornos de ansiedad

El Instituto Nacional de la Salud Mental de los Estados Unidos (2009), refiere la siguiente clasificación de los trastornos de ansiedad:

a) **Trastorno de pánico**, es una enfermedad real que se puede tratar satisfactoriamente. Se caracteriza por ataques repentinos de terror, usualmente acompañados por latidos fuertes del corazón, transpiración, debilidad, mareos, o desfallecimiento. Durante estos ataques, las personas con trastorno de pánico pueden acalorarse o sentir frío, sentir un hormigueo en las manos o sentirlas adormecidas; y experimentar náuseas, dolor en el pecho, o sensaciones asfixiantes. Los ataques de pánico usualmente producen una sensación de irrealidad, miedo a una fatalidad inminente, o miedo de perder el control (p.4).

b) **Trastorno obsesivo-compulsivo**, tienen pensamientos persistentes y perturbadores (obsesiones) y usan los rituales (compulsiones) para controlar la ansiedad producida por estos pensamientos. La mayoría de las veces, los rituales terminan controlando a esas personas (p.7).

c) Trastorno de estrés postraumático, se desarrolla después de una experiencia aterrizante que involucra daño físico o la amenaza de daño físico. La persona que desarrolla el trastorno de estrés postraumático, puede ser aquella que fue afectada, el daño puede haberle sucedido a una persona querida, o la persona puede haber sido testigo/a de un evento traumático que les sucedió a sus seres queridos o a desconocidos (p.10).

d) Trastorno de ansiedad social, se diagnostica cuando la gente se siente abrumadoramente ansiosa y excesivamente consciente de sí misma en situaciones sociales de la vida cotidiana. Las personas con fobia social tienen miedo intenso, persistente, y crónico de ser observadas y juzgadas por los demás y de hacer cosas que les producirán vergüenza. Se pueden sentir preocupadas durante días o semanas antes de una situación que les produce temor. Este miedo puede tornarse tan intenso, que interfiere con su trabajo, estudios, y demás actividades comunes, y puede dificultar el hacer nuevas amistades o mantenerlas (p.13).

e) Fobias específicas, hacia algo que en realidad constituye una amenaza mínima o nula. Algunas de las fobias específicas más comunes son a las alturas, escaleras mecánicas, túneles, conducir en carreteras, espacios cerrados, agua, volar, perros, arañas, y heridas sangrientas (p.16).

f) Trastorno de ansiedad generalizada, las personas pasan el día llenas de preocupaciones y tensiones exageradas, incluso cuando hay poco o nada que las provoque. Tales personas esperan desastres y están demasiado preocupadas por asuntos de salud, dinero, problemas familiares, o dificultades laborales. En ocasiones, el simple pensamiento de cómo pasar el día produce ansiedad (p.18).

Dimensiones de la variable ansiedad

Para el presente estudio se está considerando las dimensiones de la ansiedad.

Dimensión 1: estado de ansiedad

La ansiedad estado (A/E) está conceptualizada como un estado o condición emocional transitoria del organismo humano, que se caracteriza por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión, así como por una hiperactividad del sistema nerviosos autónomo; puede variar con el tiempo y fluctuar en intensidad (Buela, Guillén, & Seisdedos, 2015, pág. 10).

Dimensión 2: rasgo de ansiedad

La ansiedad rasgo (A/R) señala una relativamente estable propensión ansiosa por la que difieren los sujetos en su tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras y a elevar, consecuentemente, su ansiedad estado (A/E) (Buela, Guillén, & Seisdedos, 2015, pág. 10).

Teorías de Sigmund Freud. según Freud la ansiedad es una transformación tóxica de nuestras energías, de un ello que necesita determinadas cosas y que no puede alcanzar ni satisfacer y a sí mismo de esas obsesiones que a menudo escondemos y que nos traen miedos injustificados e incluso la sombra persistente de ciertos traumas enquistados (metido dentro), algo que se debe resaltar a Freud es su determinación en curar lo que el denominó como “ansiedad neurótica” médico neurólogo y padre de la psicoanálisis fue uno de los pioneros en explorar los fenómenos inconscientes de la mente humana, Freud percibió desde muy temprano que existía una condición que afectaba en exceso al ser humano era la “ansiedad” Freud puso

los cimientos de muchas teorías que se ha seguido desarrollando hasta el día de hoy, para Freud la ansiedad era una parte indiscutible de su teoría de la personalidad y como tal se dedicó un extenso trabajo, Freud habla de los tipos de ansiedad se refiere a esas instancias psíquicas que conforman nuestros procesos mentales, así como el yo y el ello esa expresión donde se contienen nuestras pulsiones y deseos esa instancia moral e idealista que según este enfoque está ahí para juzgarnos como un gran hermano vigilante y sancionador. La ansiedad surge como resultado de todo ese choque de fuerzas y conflicto mental que Freud denominó como conductas neuróticas y conductas psicóticas. Freud estableció tres tipos de ansiedad.

Ansiedad realista. Esta surge como reacción a un hecho concreto, objetivo y ante todo real, hay miedos que pueden aparecer en las personas en un momento dado por un fin muy concreto, y esto nos ayuda a huir para proteger nuestra integridad y nuestra supervivencia, el miedo es el resultado de la percepción de un peligro conocido, en cambio la ansiedad es el resultado de la anticipación de un peligro que no es real, la reacción ansiosa debe a nuestros pensamientos y creencias, es importante hacer diferenciación entre el miedo y la ansiedad.

Ansiedad neurótica. Esta surge a partir de la anticipación de los hechos o circunstancias. Reacciones ante hechos, pensamientos e ideas que solo tienen realidad en nuestra mente, pero no fuera de ella, no en nuestro entorno. Freud veía el origen de este tipo de ansiedad en el ello, en los deseos frustrados, en instintos soterrados pero ansiosos, además de esas pulsiones inconscientes están los miedos, que se arrastran desde la infancia en forma de traumas no elaborados.

La ansiedad moral. Según Freud se refiere a la moralidad esa angustia y esa ansiedad proviene del influjo del super yo, de ese

mundo social interno que todas las personas tienen donde se orquestan “deberían” los mandatos inconscientes y ese miedo o vergüenza al fracaso o incluso al castigo (desprestigio, desamor, despidos, soledad, etc.)

Teoría de Beck. (1985) La ansiedad es una respuesta emocional que se presenta en el sujeto ante situaciones que percibe o interpreta como amenazantes o peligrosas, aunque en realidad no se pueden valorar como tal, esta manera de reaccionar de forma no adaptativa, hace que la ansiedad sea nociva porque es excesiva y frecuente. Es por esto que la ansiedad es considerada, como un trastorno mental prevalente en la actualidad, ya que engloba toda una serie de cuadros clínicos que comparten, como rasgo común, extrema de carácter patológico, que se manifiesta en múltiples disfunciones y desajustes a nivel cognitivo, conductual y psicofisiológico. Estos factores son expresados en diferentes ámbitos como el familiar, social o bien el laboral. Es precisamente en este último donde el presente estudio de investigación experimental se llevó a cabo, teniendo como su principal objetivo la disminución de los niveles de ansiedad del personal de una organización financiera a través de la implementación de un método y ejercicios mentales (MENTAL GOLD). Para el desarrollo de dicho estudio se contempló el apoyo del diseño pretest y posttest con división de grupo control y experimental, fortaleciendo así los principios de confiabilidad y validez, los cuales se reflejaron en los resultados, ya que se presentó una reducción de la ansiedad.

Medición de la ansiedad

Dado que la ansiedad es una respuesta universal y que no siempre es patológica, resulta importante su medición. Para una persona es importante saber si lo que le está sucediendo es normal o, por el contrario, debe preocuparse por ello y buscar soluciones. Si cuantificamos la frecuencia y/o la intensidad de las

reacciones de ansiedad que tenemos normalmente (preocupaciones, inseguridad, temor, palpitaciones, evitación de situaciones, etc.) podemos medir nuestro nivel de ansiedad. Pero tenemos que comparar nuestro nivel de ansiedad con una norma (con las respuestas de una gran muestra de personas). Con este propósito, de medir o evaluar la ansiedad, se han construido muchos instrumentos de uso profesional, cuyas propiedades psicométricas (fiabilidad, validez, etc.) han sido bien estudiadas.

Estos instrumentos evalúan el nivel general de ansiedad, los tres sistemas de respuesta por separado (lo que pensamos, regulado por el sistema cognitivo; lo que sentimos a nivel corporal, o sistema fisiológico; y lo que hacemos, o sistema conductual-motor), así como las áreas situacionales (ansiedad ante situaciones de evaluación, ansiedad en situaciones sociales o interpersonales, ansiedad en situaciones fóbicas, y ansiedad en situaciones de la vida cotidiana). Esta evaluación no será exacta, pues toma en cuenta aspectos subjetivos, pero sí nos dará una idea aproximada de cuál puede ser nuestro nivel de ansiedad.

En teoría, por ejemplo, si aplicamos la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung, la puntuación mínima que podemos obtener sobre sus 20 respuestas de ansiedad, al sumar las puntuaciones que estimamos para cada síntoma, sería 20 (1 por 20 síntomas). La máxima puntuación que podríamos alcanzar teóricamente sería 80 (4 por 20). A partir de este resultado (suma de las puntuaciones dadas a cada uno de los síntomas), y si ponemos el punto de corte en el centil 75, esto es, si consideramos que convendría empezar a preocuparnos por nuestro nivel de ansiedad cuando tengamos más ansiedad que el 75 % de la población, tenemos que se alcanza este centil 75 cuando suman unos 39 puntos en la suma de sus puntuaciones autoevaluadas sobre estos síntomas (cognitivos, fisiológicos y motores)

3.3. Marco conceptual

Angustia: emoción compleja, difusa y displacentera, presentando una serie de síntomas físicos que inmovilizan al individuo, limitando su capacidad de reacción y su voluntariedad de actuación; para que ocurra ésta, es necesaria la interacción entre distintos factores de tipo biológico, psicológico y social (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003, pág. 30).

Ansiedad: alude a un estado de agitación e inquietud desagradable caracterizado por la anticipación del peligro, el predominio de síntomas psíquicos y la sensación de catástrofe o de peligro inminente, es decir, la combinación entre síntomas cognitivos y fisiológicos, manifestando una reacción de sobresalto, donde el individuo trata de buscar una solución al peligro, por lo que el fenómeno es percibido con total nitidez (Sierra, Ortega, & Zubeidat, 2003, pág. 17).

Ansiedad paranoide: debida a la proyección del instinto de muerte en un objeto u objetos, a los que entonces se siente como perseguidores. La ansiedad se refiere a que estos perseguidores lleguen a aniquilar al yo y al objeto ideal (Segal, 1982, pág. 121).

Ansiedad depresiva: es la ansiedad motivada por la posibilidad de que la propia agresión aniquile o haya aniquilado al propio objeto bueno. Se la experimenta por el objeto y por el yo que, en identificación con el objeto, se siente amenazado (Segal, 1982, pág. 121).

Autoexpresión de situaciones sociales: “este factor refleja la capacidad de expresarse uno mismo de forma y sin ansiedad en distintos tipos de situaciones sociales, entrevistas laborales, tiendas, lugares oficiales, en grupos y reuniones sociales, etc. (Gismero,

2000).

Defensa de los propios derechos como consumidor: se define como la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo (no dejar colarse a alguien en una fila o en una tienda, pedir a alguien que habla en el cine que se calle, pedir descuentos, devolver un objeto defectuoso, etc.”).

Decir no y cortar interacciones: “refleja la habilidad para cortar interacciones que no se quieren mantener (tanto con un vendedor como con amigos que quieren seguir charlando en un momento en que queremos interrumpir la conversación, o con personas con las que no se desea seguir saliendo o manteniendo la relación) así como el negarse a prestar algo cuando nos disgusta hacerlo. (Gismero, 2000).

Expresión de enfado o disconformidad: Es la capacidad de expresar enfado o sentimientos negativos justificados y/o desacuerdos con otras personas. (Gismero, 2000).

Evitación: se caracteriza por una obsesión en evitar el contacto social con otras personas creando una “barrera” invisible que los aísla de los demás. Quienes lo padecen sienten que no encajan en el entorno social que les rodea y esto les causa inseguridad e incluso ansiedad (Urbano, 2019).

Habilidades sociales: las habilidades sociales son el conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes, en situaciones específicas, a través de las cuales un individuo expresa en un contexto interpersonal, sus sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera asertiva. (Gismero, 2000)

Hacer peticiones: esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos, sea a un amigo (que nos devuelva algo que le prestamos que nos haga un favor) o en situaciones de consumo (en un restaurante no nos traen algo tal como lo pedimos y queremos cambiarlo, o en una tienda nos dieron mal el cambio) (Gismero, 2000).

Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: “el factor se define por la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto (una conversación, pedir una cita...) y de poder hacer espontáneamente un cumplido un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo. (Gismero, 2000).

Preocupación: es lo que sucede cuando la mente se obsesiona con pensamientos negativos, resultados inciertos o cosas que podrían salir mal (Pattee, 2020).

Somatización: proceso por el cual se transforman o convierten problemas emotivos en síntomas somáticos (Guerri, 2019).

IV. METODOLOGÍA

4.1 Tipo y nivel de la investigación.

4.1.1 . Tipo de investigación

El estudio realizado fue de tipo cuantitativa, porque el problema estuvo establecido y es conocido por el investigador, y se utilizaron instrumentos de medición, para dar respuesta a preguntas específicas; así como se hizo énfasis en la resolución práctica de problemas. Asimismo, se centró específicamente en cómo se pueden llevar a la práctica las teorías generales. Siendo el propósito la resolución de los problemas que se plantean en un momento dado. El propósito de este tipo de investigación fue

predecir comportamientos específicos en circunstancias definidas." (Hernández, Fernández y Baptista, 2014 p. 164).

4.1.2. Nivel de investigación

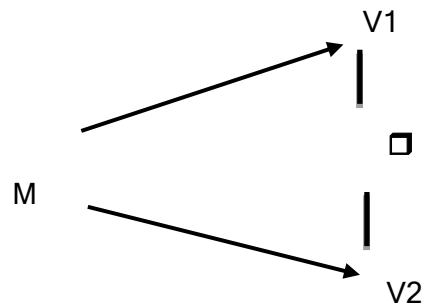
El presente trabajo de investigación corresponde al nivel de investigación descriptivo - correlacional porque nos ha permitido analizar y estudiar la relación que existe entre las variables independiente y dependiente para probar la influencia o ausencia que existe entre las mismas. Carrasco, (2017)

4.2 Diseño de investigación

La investigación realizada fue de diseño no experimental de corte transversal, porque no se manipularon las variables de estudio y se realizaron en un determinado tiempo. Este diseño es conocido también como investigación ex post facto, término que proviene del latín y significa después de ocurridos los hechos. Según Hernández, et al., en la investigación ex post facto el investigador tiene que limitarse a la observación de situaciones ya existentes, dada la capacidad de influir sobre las variables y sus efectos. (Hernández, et al. 2014).

Siendo el estudio de corte transversal, porque el instrumento seleccionado se aplicó a la muestra objeto de investigación en un solo momento y tiempo único. Lo que, al respecto Carrasco, (2005), sostiene que, los estudios transversales se utilizan para investigar hechos y fenómenos de la realidad, en un momento determinado de tiempo. (pág. 72).

Al esquematizar este tipo de investigación obtuvimos el siguiente diagrama.



En el esquema:

M= Muestra de investigación

V1 = Habilidades sociales

V2 = Ansiedad

r = Posible relación entre las variables

Se asume en este diseño una probabilidad del 90% de relación entre las variables.

4.3 Población – muestra

4.3.1. Población

En el presente estudio la población estuvo constituida por los 155 estudiantes de cuarto y quinto de educación secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced. Hernández, Fernández & Baptista (6ta edición, p.174) definen a la población como “el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones”.

4.3.2 Muestra.

En la presente investigación la muestra estuvo compuesta por los 155 estudiantes de cuarto y quinto de educación secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced. Es decir, con la totalidad de estudiantes. Según

Hernández, Fernández y Baptista (2016) conceptualizaron la muestra como un grupo poblacional representativo. Para poder hallar la muestra de la población total objetivo, pasaremos a utilizar la siguiente fórmula.

4.3.3 Muestreo

Se utilizó el muestreo censal, puesto que permite al investigador seleccionar las unidades de estudio en aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos en la presente investigación. por no ser una población muy extensa. (Bernal, 2010, p. 164).

4.4 Hipótesis de la investigación.

4.4.1. Hipótesis general.

Sí existe la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

4.4.2. Hipótesis específicas.

Sí existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Sí existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

4.5 Identificación de las variables

Las variables de estudio de la presente investigación fueron:

V1.-Habilidades sociales. Para el presente estudio se definió a las habilidades sociales como un conjunto de respuestas verbales y no verbales aprendidas y emitidas por un individuo en un contexto interpersonal donde expresa sus sentimientos, actitudes, deseos y opiniones o ejerce sus derechos de un modo pertinente y adecuado a la situación; respetando a los demás.

V2. Ansiedad. Lazarus (1976) citado por García de la Cruz R. (2014) la ansiedad es un fenómeno que se da en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico.

4.6.

Matriz de operacionalización de la variable habilidades sociales

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	RANGO O NIVELES
Habilidades sociales	Conjunto de respuestas verbales y no verbales aprendidas y emitidas por un individuo en un contexto interpersonal donde expresa sus sentimientos, actitudes, deseos y opiniones o ejerce sus derechos de un modo pertinente y adecuado a la situación; respetando a los demás	Se obtendrá a partir de la aplicación de la Escala de habilidades de Gismero	Autoexpresión de Situaciones Sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Miedo a ser estúpido. • Me cuesta telefonar, guardar opiniones. • Evita reunirse por miedo. • Cuesta expresar sentimientos, prefiere carta de presentación a tener una entrevista. • Se molesta cuando le dicen que le gusta algo. • Cuesta expresar su opinión al público. 	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29.	Bajo: 33-66 Medio: 67-100 Alto: 101-132
			Defensa de los propios derechos como consumidor.	<ul style="list-style-type: none"> • Al comprar un objeto, ve un defecto va y lo devuelve. • Si lo atienden a alguien después que llegue se queda callado. • Si alguien le molesta en algún sitio le pide que se calle. • No regatea. Se hace que no se da cuenta. 	3, 4, 12, 21, 30.	
			Expresión de enfado o disconformidad	<ul style="list-style-type: none"> • No insiste. • Le cuesta mucho cortar. • No sé cómo negar. • No sabe callar al que habla mucho. • Cuesta comunicar su decisión. • No sabe cómo negarse 	5, 14, 15, 23, 24, 33	
			Decir no	<ul style="list-style-type: none"> • Cuesta difícil pedir que le devuelva algo que presto. • Hace un nuevo pedido. • Si no me dieron completo el dinero vuelvo a pedir. • Si presto dinero lo hago recordar. • Le cuesta pedir favor. 	6, 7, 16, 25, 26	
			Hacer Peticiones	<ul style="list-style-type: none"> • Poca expresión al sexo opuesto. Cuesta decir un halago. • Difícil decir cumplido. • Iniciativa para entablar conversación. • Es incapaz de pedir una cita. 	8, 9, 17, 18, 27	
			Iniciar Interacciones positivas con el sexo Opuesto.	<ul style="list-style-type: none"> • Reserva opinión. • Ocultar sentimientos • Expresar enfado. • Expresar cólera con motivos. • Se calla para evitar problemas. 	13, 22, 31, 32.	

4.6 Matriz de operacionalización de la variable ansiedad

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICION	NIVELES O RANGO
ANSIEDAD	Lazarus (1976) citado por García de la Cruz R. (2014) la ansiedad es un fenómeno que se da en todas las personas y que, bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico.	Es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Que puede ocasionar sudor, sentirse inquieto y tenso, etc. Para la presente	Síntomas somáticos	<ul style="list-style-type: none"> • Temblores • Dolores y molestias corporales • Tendencia a la fatiga y debilidad • Intranquilidad • Palpitaciones • Mareos Náuseas, vómitos, Bochornos • Desmayos, Pesadillas • Transpiración, Insomnio • Frecuencia urinaria 	6,7,10,11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	Nunca o Casi Nunca :1 A veces:2 Con bastante frecuencia:3 Siempre o casi siempre:4	- 25 a 40: No hay ansiedad presente -41 a 60: Ansiedad mínima a moderada -61 a 70: Ansiedad marcada a severa 71 a 100: Ansiedad en grado máximo
			Síntomas Afectivos	<ul style="list-style-type: none"> • Desintegración mental y físico • Ansiedad • Miedo 	1, 2, 3 , 4, 5, 8, 9.		

4.7 Recolección de datos.

4.7.1. Técnica de recolección de datos.

Las técnicas de recolección de datos que se aplicaron fueron las siguientes:

La encuesta, que según Carrasco (2008) se define como “una técnica de investigación social para la indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de análisis” (p.314).

La observación según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “es el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos y situaciones observables, a través de un conjunto de categorías y subcategorías” (p.127).

Finalmente, se hace uso de la técnica psicométrica, a través de la aplicación de cuestionarios psicológicos que evaluaron las dos variables en estudio.

4.7.2. Instrumentos

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES (EHS)

Ficha Técnica

Nombre	: EHS Escala de Habilidades Sociales.
Autora	: Elena Gimeros Gonzáles–Universidad Pontificia
Administración	: Individual o colectiva
Duración	: Variable aproximadamente 10 a 15 minutos.
Aplicación	: Adolescentes y Adultos
Significación	: Evaluación de aserción y habilidades sociales.

Tipificación : Baremos de la población general.

Validez : Tiene validez de constructo, es decir que el significado atribuido al constructo medido (habilidades sociales o asertividad) es correcto. Tiene validez de contenido, pues su formulación se ajusta a lo que comúnmente se entiende por conducta asertiva.

Existe, asimismo, validez del instrumento, es decir que se valida toda la escala, el constructo que expresan todos los ítems en su conjunto, a través de la confirmación experimental del significado del constructo tal como lo mide el instrumento, y de los análisis correlacionales que verifican tanto la validez convergente (por ejemplo, entre asertividad y autonomía) como la divergente (por ejemplo, entre asertividad y agresividad).

La muestra empleada para el análisis correlacional fue una llevada a cabo con 770 adultos y 1015 jóvenes, respectivamente. Todos los índices de correlación superan los factores encontrados en el análisis factorial de los elementos en la población general, según Gismero (por ejemplo, 0,74 entre los adultos y 0,70 entre los jóvenes en el Factor IV). En lo referente a la validez de esta investigación se utilizó el análisis factorial (El KMO salió > 0.05 y el Bartlett < 0.05).

Confiabilidad: la EHS de Gismero muestra una consistencia interna alta, como se expresa en su coeficiente de confiabilidad $\alpha = 0,88$, el cual se considera elevado, pues supone que el 88% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común, o a lo que tienen de relacionado, de discriminación conjunta (habilidades sociales o asertividad). En cuanto a la fiabilidad del presente estudio se utilizó el método de alfa de Cronbach.

Baremos: a continuación, se describen los baremos con una muestra con 770 adultos y 1015 jóvenes, en puntuaciones centiles.

Con respecto a esta investigación se realizó la baremación en la población de estudio.

Escala de Auto- Evaluación de Ansiedad (EAA)

Ficha técnica

Nombre : Escala de Auto- Evaluación de Ansiedad (EAA)

Autores : William Zung y Zung

Administración : Individual o Colectiva

Descripción : La Escala de Ansiedad de Zung consiste en un cuestionario de 20 frases, informes o relatos Cada uno de los cuales se refieren a un síntoma o signo característico de la ansiedad como síntoma o signo.

En conjunto las 20 frases abarcan una amplia variedad de síntomas de ansiedad, como expresión de trastornos emocionales y se presenta en una ficha con cuatro columnas de elección. Así mismo se observa que en el lado izquierdo de la tabla de evaluación, comprende cuatro columnas en blanco encabezado por las respuestas: "muy pocas veces", "algunas veces", "muchas veces" y "casi siempre". A los examinados les es imposible falsificar tendencias en sus respuestas, porque la mitad de los ítems están redactados como síntomas positivos y la otra mitad como síntomas negativos.

Forma de evaluación:

Para su aplicación se le pide al sujeto que ponga una marca en el recuadro que el considere más adecuado a como se ha sentido en la última semana.

Calificación del instrumento:

Para obtener la calificación, se coloca la hoja de respuestas bajo la guía de puntuación y se escribe el valor de cada respuesta en la columna de la derecha y la suma de todas ellas, al pie de la página. Para obtener el grado de ansiedad se compara la Escala obtenida con la escala clave para efectuar el recuento, con un valor de 1, 2, 3, 4 en orden variable según si la pregunta está formulada en sentido positivo o negativo. Luego se suman todos los valores parciales. A

continuación, se convierte la puntuación total en un índice basado en 100. En este sentido, con la escala EAA, se intenta estimar el estado de ansiedad presente en término. Al aplicar el test de Kolmogorov de bondad de ajuste a la curva normal de la escala de ansiedad de Zung ($p < 0.05$) dato que nos indica una distribución asimétrica no normal, asimismo, al hallar la confiabilidad de la consistencia interna a través del coeficiente de alfa de Cronbach se obtuvo coeficientes de Confiabilidad cercanos y superiores al criterio de 0.70 (Brown, 1980), ($\alpha = 0,879$).

La validez hallada a través del análisis factorial exploratorio presenta un valor de adecuación al muestreo de Kaiser Meyer Olkin de 0,802 y un test de esfericidad de Bartlett que es significativo ($p < 0,001$) la prueba explica un 56,34% de la varianza total explicada.

Baremo

Puntajes EAA	Categorías
25 a 40	No hay ansiedad presente
41 a 60	Ansiedad mínima a moderada
61 a 70	Ansiedad marcada a severa
71 a 100	Ansiedad en grado máximo

Validez y confiabilidad en Perú

En nuestro país, Astocondor (2001), como parte de su tesis titulada “Estudio exploratorio sobre ansiedad y depresión en un grupo de pobladores de comunidades nativas aguarunas”, realizó la adaptación y validez de la escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung y de la escala de autoevaluación de la depresión de Zung en una muestra de 100 pobladores de ambos sexos de 14 a 30 años, de siete comunidades nativas aguarunas del departamento de Amazonas.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados

Tabla 1.

Descripción de estudiantes por grado de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
Cuarto	85	54.8%
Quinto	70	45.2%
Total	155	100%

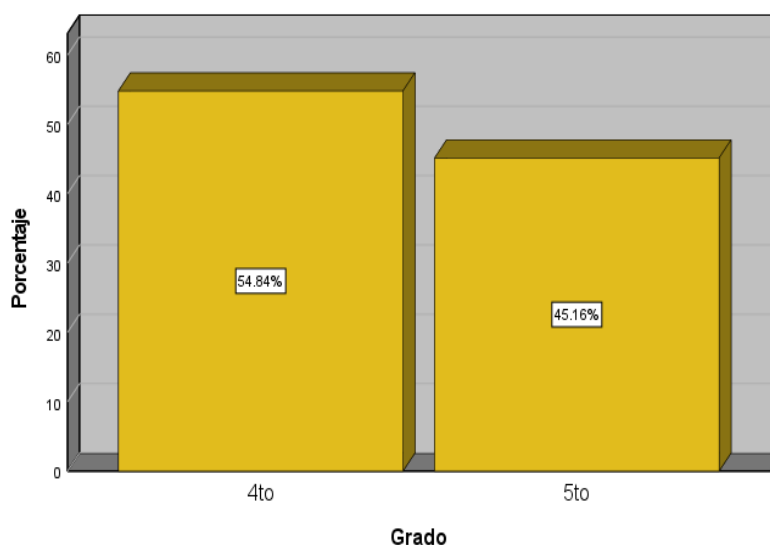


Figura 1. Estudiantes de secundaria por grado de estudios de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

En la tabla 1 y figura 1, se evidenció que la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021, cursan el cuarto grado (54.8%), y en menor proporción se encontraban los estudiantes de quinto grado (45.2%).

Tabla 2.

Descripción por edad de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
14 años	4	2.6%
15 años	28	18.1%
16 años	109	70.3%
17 años	14	9.0%
Total	155	100%

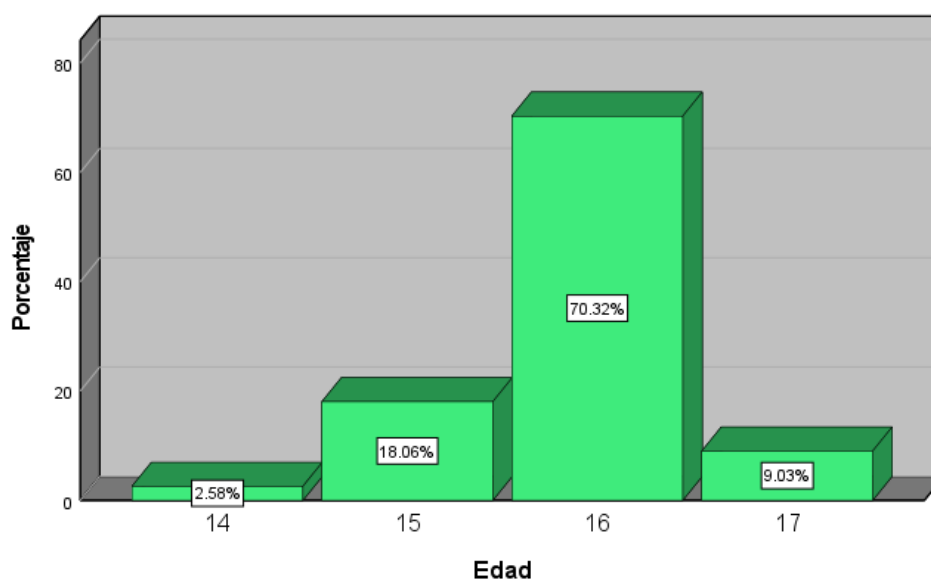


Figura 2. Edades de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

Como se describe en la tabla 2 y figura 2, la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021, que conformaron esta investigación, tenían 16 años (70.3%). Además, la minoría estuvo representada por quienes tenían 14 años (2.6%).

Tabla 3.

Descripción por sexo de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
Hombre	49	31.6%
Mujer	106	68.4%
Total	155	100%

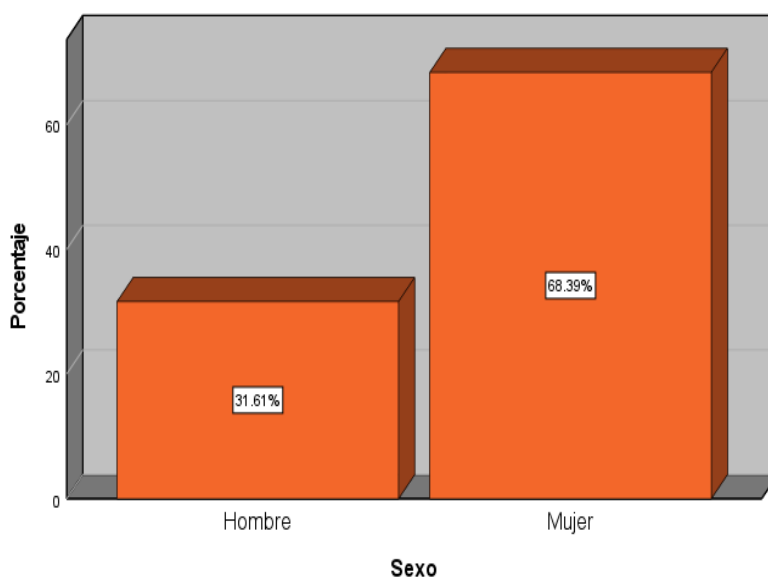


Figura 3. Estudiantes según sexo de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Como se observa en la tabla 3 y figura 3, la mayor parte de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021, que conformaron esta investigación, fueron mujeres (68.4%), y la minoría estuvo conformada por hombres (31.6%).

Descripción de las variables

Tabla 4.

Habilidades sociales en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	7	4.5%
Bajo	25	16.1%
Medio	123	79.4%
Total	155	100%

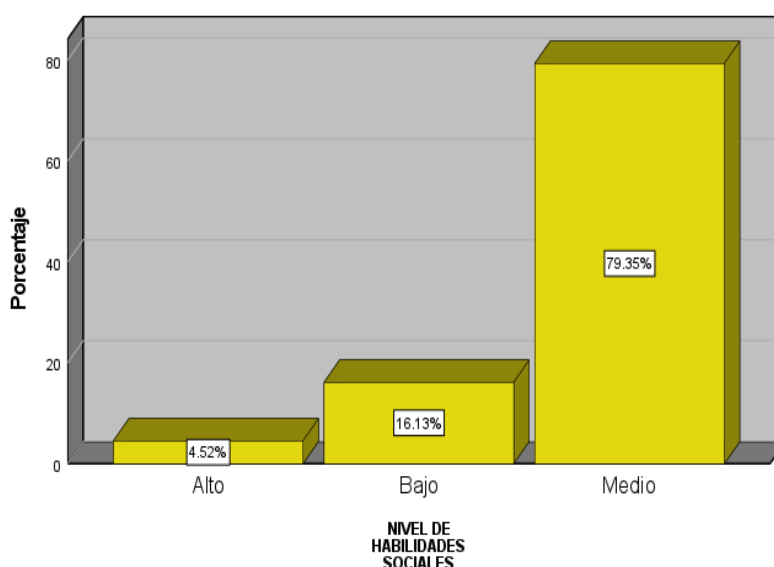


Figura 4. *Habilidades sociales en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021*

En la tabla 4 y figura 4, se presenta el nivel de habilidades sociales de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021. La mayoría estuvo ubicada en un nivel medio (79.4%); mientras que, la menor proporción de participantes pertenecieron a un nivel alto (4.5%).

Tabla 5.

Ansiedad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
Ansiedad marca a severa	2	1.3%
Ansiedad mínima a moderada	53	34.2%
No hay ansiedad presente	100	64.5%
Total	155	100%

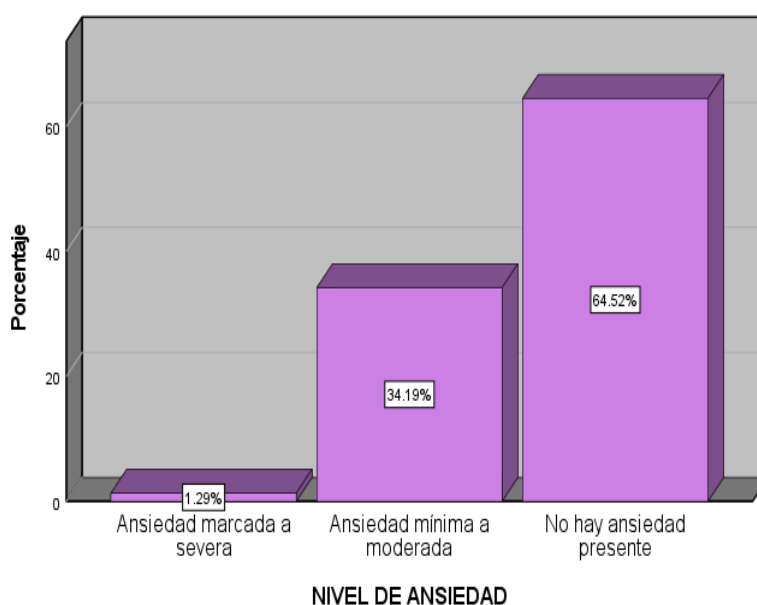


Figura 5. Ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

En la tabla 5 y figura 5, se muestra el nivel de ansiedad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021. De esta manera, se evidenció que la mayoría se ubicó en un nivel de no hay ansiedad presente (64.5%); mientras que, la minoría se encontraba en un nivel de ansiedad marca a severa (1.3%).

Tabla 6.

Síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
Ansiedad mínima a moderada	115	74.2%
No hay ansiedad presente	40	25.8%
Ansiedad marcada a severa	0	0.0%
Total	155	100%

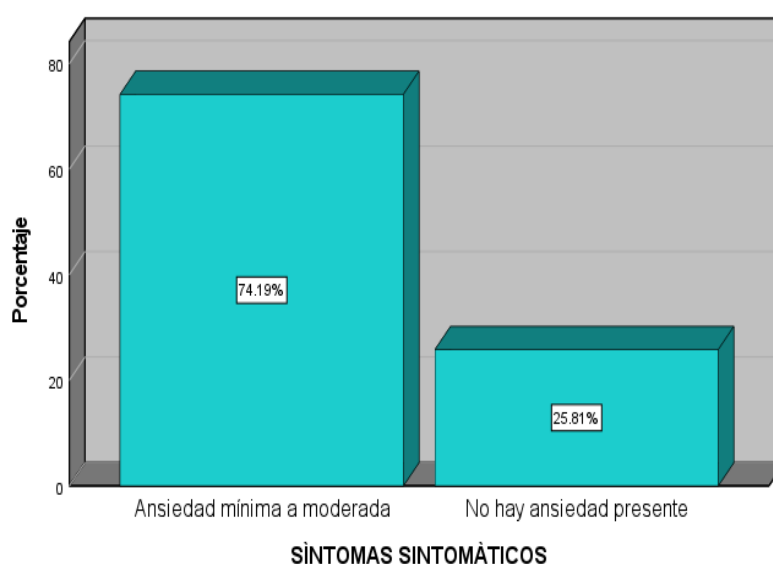


Figura 6. Síntomas somáticos en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

En la tabla 6 y figura 6, se muestra el nivel de síntomas somáticos de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021. Mientras, que la mayoría se encontraba en un nivel de mínima a moderada (74.2%), la menor parte no presenta ansiedad (25.8%).

Tabla 7.

Síntomas afectivos en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

	Frecuencia	Porcentaje
Ansiedad mínima a moderada	6	3.9%
No hay ansiedad presente	149	96.1%
Ansiedad marcada a severa	0	0.0%
Total	155	100%

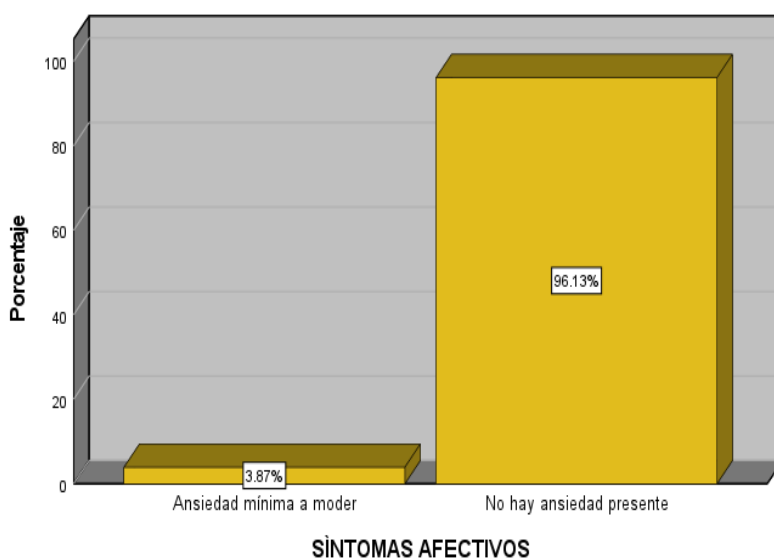


Figura 7. *Síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.*

En la tabla 7 y figura 7, se muestra el nivel de síntomas afectivos de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021, mientras, que la mayoría no presenta ansiedad (96.1%), la menor parte presenta ansiedad mínima a moderada (3.9 %).

5.2. Interpretación de los resultados

Tabla 8.

Prueba de normalidad de habilidades sociales

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades sociales	.054	155	.200

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 8, se observa el análisis de normalidad de clima social familiar llevado a cabo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual fue estadísticamente no significativo ($p = .200 > 0.05$). Por ende, se acepta el cumplimiento de la normalidad.

Tabla 9.

Prueba de normalidad de ansiedad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad	.136	155	.001

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 9, se observa el análisis de normalidad de resiliencia realizado con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual fue estadísticamente significativo ($p = .001 < 0.05$). Por ende, no se acepta el cumplimiento de la normalidad.

Comprobación de la hipótesis general

H0: No existe relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

H: Existe relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

Tabla 10.

Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021

		Habilidades sociales	Ansiedad
Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	1	.034
	Sig. (bilateral)		.675
	N	155	155
Ansiedad	Coefficiente de correlación	.034	1
	Sig. (bilateral)	.675	
	N	155	155

En la tabla 10, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y ansiedad ($p = 0.675 > 0.05$). Asimismo, el coeficiente rho de Spearman (.034) señaló que la relación entre las variables fue positiva y a su vez, muy baja. De acuerdo con ello, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre el habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Comprobación de la hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre la dimensión habilidades sociales y la dimensión síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

H: Existe relación entre la dimensión habilidades sociales y la dimensión síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Tabla 11.

Habilidades sociales y síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

		Habilidades sociales	Síntomas somáticos
Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	1	.065
	Sig. (bilateral)		.424
	N	155	155
Síntomas somáticos	Coefficiente de correlación	.065	1
	Sig. (bilateral)	.424	
	N	155	155

En la tabla 11, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y síntomas somáticos ($p = 0.424 > 0.05$). Además, el coeficiente rho de Spearman (.065) muestra que la relación entre habilidades sociales y síntomas sintomáticos es positiva y al mismo tiempo, muy baja. De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre la dimensión de habilidades sociales y síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

Comprobación de la hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre la dimensión habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

H: Existe relación entre la dimensión habilidades sociales y síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

.

Tabla 12.

Habilidades sociales y síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

		Habilidades sociales	Síntomas afectivos
Habilidades sociales	Coeficiente de correlación	1	-.004
	Sig. (bilateral)		.960
	N	155	155
Síntomas afectivos	Coeficiente de correlación	-.004	1
	Sig. (bilateral)	.960	
	N	155	155

En la tabla 12, se observa que no existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y síntomas afectivos ($p=0.960 > 0.05$). También, el coeficiente rho de Spearman (-.004) indica que la relación entre habilidades sociales y síntomas afectivos es muy baja y negativa. De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, existe relación entre habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

A continuación, después del proceso de la investigación realizada en este , se presentan los principales hallazgos cuantitativos con relación a los antecedentes nacionales e internacionales, citados y sus respectivos análisis comparativos con las teorías que han sostenido y brindaron un soporte científico al tema de investigación:

6.1. Análisis descriptivo de los resultados

De acuerdo con estudio realizado se llegaron a los resultados descriptivos conforme al siguiente detalle:

1. Con relación a la variable de las habilidades sociales en la tabla 4 y figura 4, se observó el nivel de habilidades sociales de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021. La mayoría estuvo ubicada en un nivel medio (79.4%); mientras que, la menor proporción de participantes perteneció a un nivel alto (4.5%).
2. Asimismo, en relación a la variable de ansiedad en la tabla 5 y figura 5, se muestra el nivel de ansiedad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021. De esta manera, se evidenció que la mayoría se ubicó en un nivel de que no hay ansiedad presente (64.5%); mientras que, la minoría se encontraba en un nivel de ansiedad marca a severa (1.3%).
3. En la tabla 6 y figura 6, se muestra el nivel de síntomas somáticos de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra señora de la Merced, UGEL 05, 2021. Mientras, que la mayoría se encontraba en un nivel de mínima a

moderada (74.2%), la menor parte no presenta ansiedad (25.8%).

4. En la tabla 7 y figura 7, se muestra el nivel de síntomas afectivos de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. mientras, que la mayoría no presenta ansiedad (96.1%), la menor parte presenta ansiedad mínima a moderada (3.9 %).

6.2. Comparación de resultados con marco teórico

El objetivo general de la presente investigación fue demostrar la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. A mérito de este objetivo y de los resultados obtenidos, se realizó el análisis e interpretación a nivel inferencial, comparándolos con los antecedentes nacionales e internacionales y el marco teórico que sustentó la problemática que se investigó.

Con relación a la hipótesis general en la tabla 10, se observó que no existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y ansiedad ($p= 0.675 > 0.05$). Asimismo, el coeficiente rho de Spearman (.034) señaló que la relación entre las variables fue positiva y a su vez, muy baja. De acuerdo con ello, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, *existe relación positiva muy baja entre el habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021*. Al respecto los resultados obtenidos tienen semejanza a la investigación realizada por Zapata (2021), quien realizó el trabajo de investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre las habilidades sociales y la ansiedad en los estudiantes de 2do año de secundaria, siendo una investigación correlacional cuantitativa y tipo transversal con diseño no experimental, en una muestra no probabilística de 36 alumnos,

utilizando la técnica de la encuesta y se aplicaron el cuestionario de habilidades sociales del MINSA y adaptada por Miranda y la Escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung. Los resultados evidenciaron que los niveles altos en las habilidades sociales atenuarían los niveles de ansiedad, debido a que las habilidades sociales son respuestas habilidosas que dan oportunidad de actuar frente a distintos contextos. Por ello, se concluye que las habilidades sociales son un componente que predice los estados cognitivos ansiosos de los estudiantes, por ello, es esencial desarrollar dichas habilidades que promuevan la adecuada interacción desde los primeros años de vida de los estudiantes. Palabras clave: habilidades, sociales, ansiedad, secundaria, estudiantes. Los resultados mencionados nos han permitido poder afirmar que mejores niveles de ansiedad en los en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021, presentaran menores niveles de estados de ansiedad.

Asimismo, con relación a la hipótesis específica 1 en la tabla 11, se observó que no existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y síntomas somáticos ($p= 0.424 > 0.05$). Además, el coeficiente de rho de Spearman (.065) muestra que la relación entre habilidades sociales y síntomas somáticos es positiva y al mismo tiempo, muy baja. De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, *existe relación positiva muy baja entre la dimensión de habilidades sociales y síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021*. Resultados que tienen relación con el estudio realizado por Rosales. A. C. (2018). Realizó una investigación cuyo objetivo se centró en determinar el nivel de ansiedad y habilidades sociales que manejan el grupo de estudiantes de sexto perito contador sección b de la Escuela Nacional de Ciencias Comerciales de Occidente; por lo que se les aplicó dos instrumentos de manera colectiva, el primero el

STAI-82 el cual da a conocer el nivel de ansiedad en el que se encuentra el sujeto y el EHS escala de habilidades sociales este permitió poder saber si se tiene alguna dificultad en alguna de las áreas, el estudio es de tipo descriptivo y la metodología estadística es significación y fiabilidad de medias normales. Como principal conclusión se identificó que la ansiedad que más resaltó en el grupo estudio ha sido la ansiedad estado y las subescalas más destacadas dentro del grupo han sido tres las cuales son decir no y cortar interacciones, hacer peticiones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto; por lo tanto, la recomendación más importante es brindar programas de intervención terapéutica así mismo implementar actividades de integración social a los estudiantes. Palabras claves: ansiedad, habilidades sociales, emociones, conductas e interacciones. Al respecto con los resultados antes mencionado se puede afirmar que a mejores niveles de habilidades sociales en los *estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021, estos no necesariamente experimentaron elevados niveles de síntomas somáticos, porque existirán fortalezas alcanzadas que le ayudaran hacer frentes los diferentes estados negativos a nivel personal y académico,*

Finalmente, con relación a la hipótesis específica 2, en la tabla 12, se observó que no existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y síntomas afectivos ($p=0.960 > 0.05$). También, el coeficiente de rho de Spearman (-.004) indica que la relación entre habilidades sociales y síntomas afectivos es muy baja y negativa. De acuerdo con este resultado, se procedió a rechazar la hipótesis nula; es decir, *existe relación positiva muy baja entre habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021.* Este resultado se asemeja al estudio realizado por Proaño. A. L. (2016). investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre habilidades

sociales y ansiedad en estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales. La metodología se enmarcó en la investigación cuantitativa, en razón de que se interpretó el problema, que siendo de carácter social, implicó investigar los pensamientos y sentimientos de los estudiantes y sustentar a través del marco teórico y de la investigación mediante datos estadísticos. Se utilizó la técnica psicométrica aplicando el test BAS que permitió medir el nivel de desarrollo de las habilidades sociales y el test CR-MAS para determinar los niveles de ansiedad. Dando como resultado una relación medianamente significativa, que da origen a la elaboración de un programa de entrenamiento en las habilidades sociales y técnicas que permitirán disminuir los niveles de ansiedad, tomando en cuenta que las habilidades sociales son fundamentales para el desenvolvimiento social de las personas. Ambos resultados nos permiten poder predecir que a mejores niveles de habilidades sociales en los *síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021*, experimentaron menores síntomas afectivos, considerando que las habilidades sociales desarrolladas ayudarán a mejorar la personalidad en los estudiantes, ayudando a controlar y mejorar los estados afectivos en estos estudiantes,

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Después del proceso de la investigación realizada, se llegaron a las siguientes conclusiones:

Primera. Que, existe relación positiva muy baja entre el habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. ($p=0.675 > 0.05$; Rho: .034).

Segunda. Que, existe relación positiva muy baja entre la dimensión de habilidades sociales y síntomas somáticos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. ($p=0.424 > 0.05$; Rho: .065).

Tercera. Que, existe relación positiva muy baja entre habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021. ($p=0.960 > 0.05$; Rho: -.004).

Recomendaciones

Primera. Que, el director, las áreas de psicopedagogía y convivencia escolar incluyan en el proyecto educativo institucional PEI, programas de fortalecimiento y desarrollo de la inteligencia intra e interpersonal y manejo de ansiedad

Segunda. Que, el área de psicopedagogía y convivencia escolar en coordinación con los docentes, de la referida institución educativa programen capacitación on line y presencial sobre la importancia de la neurociencia aplicada a la salud por los estados de ansiedad, a fin de mejorar la dimensión síntomas sintomáticos.

Tercera. Que, la oficina de psicopedagogía, convivencia escolar y tutoría en coordinación con los docentes, gestionen con las Universidad Privada César Vallejo, Tecnológica del Perú y Continental, a fin de que programen talleres y actividades de sensibilización integración de la neurociencia, ansiedad y cerebro emocional, para mantener y mejorar la dimensión síntomas afectivos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

American Psychiatric Association. (2014). DSM-5: Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5ª). Madrid: editorial Médica.

Bernal, C. (2016). Metodología de la investigación. (4a . ed.). Pearson Educación.

Caballo, V. E. (2014). "Relación de las habilidades sociales con la ansiedad social y los estilos/trastornos de la personalidad". Behavioral Psychology / Psicología Conductual, Vol. 22, Nº 3, 2014, pp. 401-422. Universidad de Murcia (España).

Caballo, V. (1999) Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. España. Editorial Siglo veintiuno.

Caballo, V. (2007) Manual de Evaluación y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales. Madrid: Siglo XXI.

Caballero, S. V. et al. (2018). Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico. Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán (Argentina). ISSN 0327-1471, ISSN-e 1668-8104, Nº. 53, 2018, págs. 183-203. Universidad Nacional de Tucumán Argentina. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6964208>

Carrasco, S. (2005). *Metodología de la investigación científica* (1 ed.). ¿San Marcos. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3635/Pscazaee.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gismero, E. (2000). EHS Escala de Habilidades Sociales. Madrid: TEA Ediciones

Goldstein, A. (1980). Competencia social: el cambio del comportamiento

individual en la comunidad. México: Trillas

Gonzales. M. R. (2018). Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala. Tesis de Maestría. Universidad Cesar Vallejo. Lima - Perú.

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education.

Hidalgo. & Abarca, 1992. Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. Revista Latinoamericana de psicología 1990 volumen 22 – n° 2 265-282. Bogotá – Colombia.

Lapa. R. B. (2019). “Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de San Martín de Pangoa”. Tesis de Licenciatura en psicología. Universidad Peruana los Andes. Huancayo Perú.

Mardomingo MJ. (1994). Trastornos de ansiedad. ed. Psiquiatría del niño y del adolescente: método, fundamentos y síndromes. Madrid: Díaz de Santos.

Marcos. J. & Romero. E. (2021). “Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de psicología de la universidad alaskas peruanas, cusco”. Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de Ica. Chíncha – Ica.

OMS. (1992). Trastornos mentales y del comportamiento. Descripción clínica y pautas para el diagnóstico. CIE 10. Decima revisión de la clasificación internacional de las enfermedades. Madrid: ed. Meditor.

Organización Panamericana de la salud. (2018). *Salud Mental en Adolescentes*. Ginebra-Suiza: OPS. Obtenido de:

https://www.paho.org/hq/index.php?Option=com_content&view=article&id=14152:30-de-octubre-salud-mentalenadolescentes&Itemid=42050

Osornio CL, Ríos SMR. (2019). Sánchez RA, Osornio CL, Ríos SMR. Habilidades sociales básicas y su relación con la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina. Rev Elec Psic Izt. 2019;22(2):834-856. Universidad Nacional Autónoma de México.

Paredes, M. (2018). Ansiedad y su relación con el Rendimiento Escolar (Vol. 489). Universidad Rafael Landívar.

Proaño. A. L. (2016). “Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales”. Tesis de Maestría. Universidad Central del Ecuador. Quito – Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/8936/1/T-UCE-0010-1572.pdf>

Rosales. A. C. (2018).” Ansiedad y Habilidades Sociales” Tesis de Licenciatura. Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango –México.

Ruiz, C. (2006). Escala de Habilidades Sociales (EHS). TEA EDICIONES, 1.12. Retrieved from <http://web.teaediciones.com/ehs-escala-de-habilidades-sociales.aspx>.

Sánchez. D. (2016). “Ansiedad y habilidades sociales en alumnos de nivel secundario de una Institución Educativa Policial de Trujillo”. Tesis de Licenciatura. Universidad Privada del Norte. Trujillo – Perú.

Schmidt & Shoji (2018) “La ansiedad estado-rasgo y el rendimiento académico en adolescentes de 14 a 16 años”. Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica Argentina.

Spielberger, C. D., Pollans, C. H. & Wordan, T. J. (1980). Anxiety disorders. In S. M. Turner & M. Hersen (Eds.), *Adult psychopathology and diagnosis* (pp. 263-303). New York: John Wiley and Sons.

Tamayo. R. D. (2018). "La ansiedad frente a las habilidades sociales y relaciones interpersonales en estudiantes de primer año de bachillerato de una institución educativa del cantón Alausí, provincia de Chimborazo". Tesis de Maestría. Universidad Técnica Particular de Loja. Loja – Ecuador.

Tobal M., J.J. (1996): *La ansiedad. Guías Prácticas: Psicología y bienestar*. Madrid: Aguilar.

Valderrama, S. (2013). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica* (2ª Ed.). Lima: San Marcos.

Zapata. M. Y. (2021). "Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de 2do año de secundaria de un colegio de Cruceta, Tambogrande". Tesis de maestría. Universidad Cesar Vallejo. Piura - Perú.

Zung, W. (1971). A rating instrument for anxiety disorders. *Psychosomatics*, 12:371–379.

Zung W. A self-rating depression scale. *Gen Psychiatry*. 1965; 12

ANEXO

**ANEXO 1: Instrumento y Ficha de Validación Juicio de Expertos de
LA ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES DE GISMERO**

<u>Dimensiones</u>		Ítems						Sugerencias
		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		
		si	no	si	no	si	no	
1.	A veces evito hacer preguntas por miedo a quedar en ridículo.	X		X		X		
2.	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	X		X		X		
3.	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	X		X		X		
4.	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	X		X		X		
5.	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que “NO”	X		X		X		
6.	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	X		X		X		
7.	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	X		X		X		
8.	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	X		X		X		
9.	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	X		X		X		
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	X		X		X		
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	X		X		X		
12	Si estoy en el cine u otro lugar público y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	X		X		X		
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	X		X		X		
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	X		X		X		

15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	x		x		x		
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	x		x		x		
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	x		x		x		
18	Si veo en una reunión social a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con él (a).	x		x		x		
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	x		x		x		
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	x		x		x		
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	x		x		x		
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado	x		x		x		
23	Nunca se cómo “cortar “ a un amigo que habla mucho	x		x		x		
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	x		x		x		
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	x		x		x		
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	x		x		x		
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita	x		x		x		
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	x		x		x		
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	x		x		x		
30	Cuando alguien se me” cuele” en una fila hago como si no me diera cuenta. 1 2	x		x		x		
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	x		x		x		

32	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “para evitar problemas con otras personas. 1	x		x		x		
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me gusta pero que me llama varias veces.	x		x		x		

**ANEXO 1: Instrumento y ficha de Validación Juicio de Expertos
De la Escala de Ansiedad de Zung**

Ítems

DIMENSIÓN 1: PSICOLÓGICAS		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre	x		x		x		
2.	Me siento atemorizado sin motivo.	x		x		x		
3.	Me altero o me angustio fácilmente.	x		x		x		
4.	Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	x		x		x		
5.	Creo que todo está bien. Que no va a pasar nada malo	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: SOMÁTICAS								
6.	Me tiemblan los brazos y piernas.	x		x		x		
7.	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	x		x		x		
8.	Me siento débil y me canso fácilmente.	x		x		x		
9.	Me siento tranquilo y me es fácil Quedar me quieto.	x		x		x		
10.	Siento que el corazón me late a prisa.	x		x		x		
11.	Sufro mareos	x		x		x		
12.	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	x		x		x		
13.	Puedo respirar fácilmente.	x		x		x		
14.	Se me duermen y arquean los dedos de las manos y de los pies.	x		x		x		
15.	Sufro dolores de estómago o indigestión	x		x		x		
16.	Tengo que orinar con mucha frecuencia.	x		x		x		
17.	Generalmente tengo las manos secas y calientes.	x		x		x		
18.	La cara se me pone caliente y roja.	x		x		x		
19.	Me duermo fácilmente y descanso bien por la noche	x		x		x		
20.	Tengo pesadillas.	x		x		x		

ANEXO 2: Instrumentos de Investigación

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES DE GISMERO

INSTRUCCIONES: A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, por favor lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible, sin dejar ninguna en blanco. Para responder utilice la siguiente clave:

1=Nunca.

3= Casi siempre.

2= A veces.

4= Siempre

Marca la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1	A veces evito hacer preguntas por miedo a quedar en ridículo.	1	2	3	4
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	1	2	3	4
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	1	2	3	4
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	1	2	3	4
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	1	2	3	4
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	1	2	3	4
7	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	1	2	3	4
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	1	2	3	4
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	1	2	3	4
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	1	2	3	4
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	1	2	3	4
12	Si estoy en el cine u otro lugar público y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	1	2	3	4

13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	1	2	3	4
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	1	2	3	4
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	1	2	3	4
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	1	2	3	4
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	1	2	3	4
18	Si veo en una reunión social a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con él (a).	1	2	3	4
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	1	2	3	4
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	1	2	3	4
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	1	2	3	4
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado	1	2	3	4
23	Nunca se cómo "cortar " a un amigo que habla mucho	1	2	3	4
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	1	2	3	4
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	1	2	3	4
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	1	2	3	4
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita	1	2	3	4
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	1	2	3	4
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	1	2	3	4
30	Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta.	1	2	3	4
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	1	2	3	4
32	Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio "para evitar problemas con otras personas.	1	2	3	4
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me gusta pero que me llama varias veces.	1	2	3	4

ESCALA DE ANSIEDAD DE LA ESCALA WILLIAM ZUNG

Instrucciones: Estimado estudiante a continuación se le presenta una serie de ítems (interrogantes), léelas con atención y marque con una X en una de las casillas, según sea su vivencia. Tus respuestas serán de mucha importancia para nuestra investigación.

N	Indicadores	Nunca o Casi Nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Despierto con facilidad o siento pánico.				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede suceder.				
6	Me tiemblan las manos y las piernas.				
7	Me mortifican los dolores de la cabeza, cuello o cintura.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro de mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14	Se me adormecen o me hincan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18	Siento bochornos.				
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso durante la noche				
20	Tengo pesadillas.				

**ANEXO 3: FICHA DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO POR JUICIO DE
EXPERTOS LA ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES DE GISMERO**

<u>Dimensiones</u>		Ítems						Sugerencias
		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		
		si	no	si	no	si	no	
1.	A veces evito hacer preguntas por miedo a quedar en ridículo.	X		X		X		
2.	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	X		X		X		
3.	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	X		X		X		
4.	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	X		X		X		
5.	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	X		X		X		
6.	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	X		X		X		
7.	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	X		X		X		
8.	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	X		X		X		
9.	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	X		X		X		
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	X		X		X		
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	X		X		X		
12	Si estoy en el cine u otro lugar público y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	X		X		X		
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	X		X		X		
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	X		X		X		

15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	x		x		x		
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	x		x		x		
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	x		x		x		
18	Si veo en una reunión social a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con él (a).	x		x		x		
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	x		x		x		
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	x		x		x		
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	x		x		x		
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado	x		x		x		
23	Nunca se cómo “cortar “ a un amigo que habla mucho	x		x		x		
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	x		x		x		
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	x		x		x		
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	x		x		x		
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita	x		x		x		
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	x		x		x		
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	x		x		x		
30	Cuando alguien se me” cuela” en una fila hago como si no me diera cuenta. 1 2	x		x		x		
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	x		x		x		

32	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “para evitar problemas con otras personas. 1	x		x		x		
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me gusta pero que me llama varias veces.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: **Psicólogo de la Salud**

Lima, 20 de Noviembre del 2021

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

DOCTOR EN PSICOLOGIA
Firma del Validador

**ANEXO 3: FICHA DE VALIDACIÓN DE CONTENIDO POR JUICIO DE
EXPERTOS LA ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES DE GISMERO**

<u>Dimensiones</u>		Ítems						Sugerencias
		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		
		si	no	si	no	si	no	
1.	A veces evito hacer preguntas por miedo a quedar en ridículo.	X		X		X		
2.	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo.	X		X		X		
3.	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	X		X		X		
4.	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	X		X		X		
5.	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	X		X		X		
6.	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	X		X		X		
7.	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	X		X		X		
8.	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	X		X		X		
9.	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	X		X		X		
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	X		X		X		
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	X		X		X		
12	Si estoy en el cine u otro lugar público y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	X		X		X		
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	X		X		X		
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	X		X		X		

15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	x		x		x		
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	x		x		x		
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	x		x		x		
18	Si veo en una reunión social a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con él (a).	x		x		x		
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	x		x		x		
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	x		x		x		
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	x		x		x		
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado	x		x		x		
23	Nunca se cómo “cortar “ a un amigo que habla mucho	x		x		x		
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	x		x		x		
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	x		x		x		
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	x		x		x		
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita	x		x		x		
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	x		x		x		
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	x		x		x		
30	Cuando alguien se me” cuela” en una fila hago como si no me diera cuenta. 1 2	x		x		x		
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	x		x		x		

32	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme de en medio “para evitar problemas con otras personas. 1	x		x		x	
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me gusta pero que me llama varias veces.	x		x		x	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): ____ **SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ **Mg:**

Ysabel Virginia Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: **Psicóloga Educativa**

Lima, 14 de noviembre del 2021

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.F.P. N° 9421

FIRMA DEL VALIDADOR

**ANEXO 3: Ficha de Validación de contenido por Juicio de Expertos
De la Escala de Ansiedad de Zung**

Ítems

DIMENSIÓN 1: PSICOLÓGICAS		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
1.	Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre	x		x		x		
2.	Me siento atemorizado sin motivo.	x		x		x		
3.	Me altero o me angustio fácilmente.	x		x		x		
4.	Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	x		x		x		
5.	Creo que todo está bien. Que no va a pasar nada malo	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: SOMÁTICAS								
6.	Me tiemblan los brazos y piernas.	x		x		x		
7.	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	x		x		x		
8.	Me siento débil y me canso fácilmente.	x		x		x		
9.	Me siento tranquilo y me es fácil Quedar me quieto.	x		x		x		
10.	Siento que el corazón me late a prisa.	x		x		x		
11.	Sufro mareos	x		x		x		
12.	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	x		x		x		
13.	Puedo respirar fácilmente.	x		x		x		
14.	Se me duermen y arquean los dedos de las manos y de los pies.	x		x		x		
15.	Sufro dolores de estómago o indigestión	x		x		x		
16.	Tengo que orinar con mucha frecuencia.	x		x		x		
17.	Generalmente tengo las manos secas y calientes.	x		x		x		
18.	La cara se me pone caliente y roja.	x		x		x		
19.	Me duermo fácilmente y descanso bien por la noche	x		x		x		
20.	Tengo pesadillas.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

Cruz Telada, Yreneo Eugenio

DNI: 09946516

Especialidad del validador: **Psicólogo de la Salud**

Lima, 14 de Noviembre del 2021

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada

**DOCTOR EN PSICOLOGIA
Firma del Validador**

**ANEXO 3: Ficha de Validación de contenido por Juicio de Expertos
De la Escala de Ansiedad de Zung**

Ítems

		Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
DIMENSIÓN 1: PSICOLÓGICAS								
1.	Me siento más intranquilo y nervioso que de costumbre	x		x		x		
2.	Me siento atemorizado sin motivo.	x		x		x		
3.	Me altero o me angustio fácilmente.	x		x		x		
4.	Siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	x		x		x		
5.	Creo que todo está bien. Que no va a pasar nada malo	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: SOMÁTICAS								
6.	Me tiemblan los brazos y piernas.	x		x		x		
7.	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	x		x		x		
8.	Me siento débil y me canso fácilmente.	x		x		x		
9.	Me siento tranquilo y me es fácil Quedar me quieto.	x		x		x		
10.	Siento que el corazón me late a prisa.	x		x		x		
11.	Sufro mareos	x		x		x		
12.	Me desmayo o siento que voy a desmayarme.	x		x		x		
13.	Puedo respirar fácilmente.	x		x		x		
14.	Se me duermen y arquean los dedos de las manos y de los pies.	x		x		x		
15.	Sufro dolores de estómago o indigestión	x		x		x		
16.	Tengo que orinar con mucha frecuencia.	x		x		x		
17.	Generalmente tengo las manos secas y calientes.	x		x		x		
18.	La cara se me pone caliente y roja.	x		x		x		
19.	Me duermo fácilmente y descanso bien por la noche	x		x		x		
20.	Tengo pesadillas.	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ **SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ **Mg:**

Ysabel Virginia Pariona Navarro

DNI: 10219341

Especialidad del validador: **Psicóloga Educativa**

Lima, 14 de noviembre del 2021

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Ysabel V. Pariona Navarro
Psicóloga
Esp. Terapia de Lenguaje
C.P.P. N° 9421

FIRMA DEL VALIDADOR

Escala: Habilidades sociales

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	155	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	155	100%

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.906	34

Escala: Ansiedad

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	155	100%
	Excluido ^a	0	0%
	Total	155	100%

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.792	20

ANEXO 4: INFORME DE TURNITIN AL 28% DE SIMILITUD.

