



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

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

TESIS

Ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de Institución Educativa Privada del Distrito Miraflores, Arequipa – 2025

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

PRESENTADO POR

Mayta Tapia, Denisse del Carmen

<https://orcid.org/0009-0003-6490-122X>

**TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

ASESOR

Dr. Aparcana Hernandez, José Carlos

<https://orcid.org/0000-0001-7398-6817>

Chincha, Perú, 2025

Constancia de aprobación



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

MG. JOSÉ YOMIL PEREZ GOMEZ

Decano (e) de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que **MAYTA TAPIA DENISSE DELCARMEN** estudiante de la Facultad de ciencias de la Salud, del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

TITULADO: “ANSIEDAD SOCIAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE 13 Y 17 AÑOS DE INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL DISTRITO MIRAFLORES, AREQUIPA - 2025”

Por lo tanto, quedan expedito para continuar con el procedimiento correspondiente, remito la presente constancia adjuntando mi firma en señal de conformidad.

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

Cordialmente,

Ica 22/10/2025

Dr APARCANA HERNANDEZ José Carlos
DNI: 21553760
CODIGO ORCID: 0000-0001-7398-6817

Declaratoria de autenticidad

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACION



Yo, **Denisse del Carmen Mayta Tapia**, identificado(a) con DNI N° **72371760**, en mi condición de Bachiller del programa de estudios de psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y habiendo desarrollado la Tesis titulada: **“ANSIEDAD SOCIAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE 13 Y 17 AÑOS DE INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL DISTRITO MIRAFLORES, AREQUIPA -2025”**, declaro bajo juramento que:

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

7%

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

DNI N° 72371760



 LEGALIZACIÓN A LA VUELTA

CERTIFICO: La Autenticidad de
la firma de: Denisse del Carmen
Maxta Topia
Identificado con: DNI. 72391760
se certifica la firma mas no el contenido, doy fe
Arequipa, 10 OCT 2025



HUGO J. CABALLERO LAURA
NOTARIO DE AREQUIPA
Colegio de Notarios de Arequipa
Mat. 021

El Notario no asume
responsabilidad sobre el
contenido del documento

RECIBIDO EN LA OFICINA DE LA NOTARÍA



0119197985



**NOTARIA
CABALLERO LAURA HUGO JULIO
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



INFORMACIÓN PERSONAL

DNI 72371760
Primer Apellido MAYTA
Segundo Apellido TAPIA
Nombres DENISSE DEL CARMEN

CORRESPONDE

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.



**MAYTA TAPIA, DENISSE DEL CARMEN
DNI 72371760**

**INFORMACIÓN DE CONSULTA
DACTILAR**

Operador: 29593845 - Rosa Maria Corzo Loza

Fecha de Transacción: 10-10-2025 17:10:24

Entidad: 10296586914 - CABALLERO LAURA HUGO JULIO

VERIFICACIÓN DE CONSULTA

Puede verificar la información en línea en:
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verification.do>

Número de Consulta: 0119197985



Dedicatoria

A mis queridos padres, Carmen y Santiago por ser el motor de mi vida, quienes con sacrificio y esfuerzo me han permitido llegar hasta aquí.

A mis hermanos, quienes con su apoyo y confianza me recordaron siempre que nunca estoy sola en este camino. Gracias por sus palabras de aliento y soporte de mi crecimiento personal y académico.

Finalmente, a mi entorno más cercano, aquellas personas que creyeron en mí aun en los momentos de dificultad. Su confianza y motivación han sido fundamentales para culminar esta etapa, la cual hoy celebro con gratitud y esperanza.

Denisse

Agradecimiento

Mi gratitud a Dios, quien me ha dado la fortaleza y claridad para superar cada etapa de este proceso formativo y culminarlo con éxito.

A la Universidad Autónoma de Ica por ofrecer un espacio de aprendizaje y por su compromiso constante en la formación de profesionales, brindando el soporte necesario en este proceso de titulación.

Al Dr. José Carlos Aparcana Hernández, docente asesor, por su acompañamiento cercano, sus orientaciones oportunas y su paciencia en el desarrollo de toda la investigación. Su apoyo ha sido invaluable para alcanzar las metas trazadas.

Asimismo, a la Institución Educativa, junto al personal docente y tutores, en especial a la Auxiliar de Educación, Silvia Portugal Zúñiga a quien expreso mi más sincero agradecimiento, cuya valiosa colaboración en la gestión y disposición de los salones fue fundamental para el adecuado desarrollo de la presente investigación.

También a los estudiantes participantes de la investigación, agradecer su tiempo y voluntad al proporcionar la información requerida.

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa – 2025. Se efectuó una metodología de tipo básica, con un enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 124 estudiantes seleccionados por conveniencia. Para la recopilación de datos se utilizaron dos instrumentos validados: Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (EDAS) que evalúa la ansiedad social, y el Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein que evalúa las habilidades sociales en adolescentes. Los resultados obtenidos permitieron evidenciar respecto a la ansiedad social, la mayoría de los adolescentes presentó un nivel bajo con un 52.40%, seguido de un nivel moderado con un 39.50% y un nivel alto de 8.10%. En cuanto a las habilidades sociales, la mayoría alcanzó un nivel moderado con un 54%, seguido de un nivel alto con un 45.20% y un nivel bajo de 0.80%. Asimismo, se identificó una significancia de .018 ($p < .05$) entre ambas variables, lo que evidencia la existencia de una relación estadísticamente significativa entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes. Este hallazgo indica que la ansiedad social presenta una covarianza con las habilidades sociales de forma significativa.

Palabras Clave: Adolescente, habilidades sociales, aprendizaje socioemocional, adaptación socioemocional, Relaciones interpersonales

Abstract

This research aimed to determine the relationship between social anxiety and social skills in adolescents aged 13 to 17 from a private educational institution in the district of Miraflores, Arequipa – 2025. The study followed a basic research methodology with a quantitative approach, correlational level, and a non-experimental cross-sectional design. The sample consisted of 124 students selected through convenience sampling. For data collection, two validated instruments were applied: the Social Anxiety Scale for Adolescents (EDAS) to assess social anxiety, and Goldstein's Social Skills Questionnaire to evaluate adolescents' social skills.

The results showed that, regarding social anxiety, most adolescents presented a low level with 52.40%, followed by a moderate level with 39.50% and a high level with 8.10%. As for social skills, the majority reached a moderate level with 54%, followed by a high level with 45.20% and a low level with 0.80%. Additionally, a significance value of .018 ($p < .05$) was identified between the variables, evidencing a statistically significant relationship between social anxiety and social skills in adolescents. This finding indicates that social anxiety covaries with social skills in a significant manner.

Keywords: Adolescent, social skills, socio-emotional learning, socio-emotional adaptation, interpersonal relationships

ÍNDICE

Portada	i
Constancia de aprobación	ii
Declaratoria de autenticidad	iii
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
Índice general	x
Índice de tablas	xii
Índice de figuras	xiv
I. INTRODUCCIÓN	15
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	17
2.1. Descripción del Problema	17
2.2. Pregunta de Investigación General	20
2.3. Preguntas de Investigación Específicas	20
2.4. Objetivo general y específicos	21
2.5. Justificación e importancia	21
2.6. Alcance y limitaciones	24
III. MARCO TEÓRICO	26
3.1. Antecedentes	26
3.2. Bases teóricas	32
3.3. Marco conceptual	46
IV. METODOLOGÍA	48
4.1. Tipo y nivel de Investigación	48
4.2. Diseño de la Investigación	48
4.3. Hipótesis general y específicas	49

4.4.	Identificación de las variables	49
4.5.	Matriz de operacionalización de variables	51
4.6.	Población – Muestra	54
4.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de información	55
4.8.	Técnica de análisis y procesamiento de datos	58
V.	RESULTADOS	59
5.1	Presentación de resultados – descriptivos	59
5.2	Presentación de resultados – tablas cruzadas	70
VI.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	75
6.1.	Análisis resultados – prueba de hipótesis	75
VII.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS	80
7.1.	Análisis resultados – prueba de hipótesis	80
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	85
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	87
	ANEXOS	96
	Anexo 1: Matriz de consistencia	96
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	99
	Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	108
	Anexo 4: Autorización para el uso de instrumentos	114
	Anexo 5: Oficio y carta de presentación	116
	Anexo 6: Solicitud de aplicación de investigación	118
	Anexo 7: Consentimiento y asentimiento informado	119
	Anexo 8: Constancia de aplicación de investigación	121
	Anexo 9: Análisis de confiabilidad Base de datos	122
	Anexo 10: Informe de Turnitin 7% de similitud	133
	Anexo 11: Evidencias fotográficas	137

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la población	54
Tabla 2	Análisis de validez del instrumento	58
Tabla 3	Análisis descriptivos de la variable Ansiedad Social	59
Tabla 4	Análisis descriptivos de la dimensión D1 Miedo a la evaluación negativa	60
Tabla 5	Análisis descriptivos de la dimensión D2 Inhibición social	61
Tabla 6	Análisis descriptivos de la dimensión D3 Malestar ante situaciones sociales	62
Tabla 7	Análisis descriptivos de la variable Habilidades Sociales	63
Tabla 8	Análisis descriptivos de la dimensión D1 Habilidades sociales básicas	64
Tabla 9	Análisis descriptivos de la dimensión D2 Habilidades sociales avanzadas	65
Tabla 10	Análisis descriptivos de la dimensión D3 Habilidades relacionadas con los sentimientos	66
Tabla 11	Análisis descriptivos de la dimensión D4 Habilidades alternativas	67
Tabla 12	Análisis descriptivos de la dimensión D5 Habilidades para hacer frente al estrés	68
Tabla 13	Análisis descriptivos de la dimensión D6 Habilidades de Planificación	69
Tabla 14	Tabla cruzada de Ansiedad Social y Habilidades Sociales	70
Tabla 15	Tabla cruzada de miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales	71

Tabla 16	Tabla cruzada de inhibición social y habilidades sociales	72
Tabla 17	Tabla cruzada de miedo a malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales	75
Tabla 18	Prueba de normalidad entre habilidades sociales y ansiedad social	76
Tabla 19	Correlación entre ansiedad social y habilidades sociales	78
Tabla 20	Correlación entre el miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales	79
Tabla 21	Correlación entre inhibición social y habilidades sociales	80
Tabla 22	Correlación entre malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales	81

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	Niveles de Ansiedad Social	57
Figura 2	Niveles D1 Miedo a la evaluación negativa	58
Figura 3	Niveles D2 Inhibición social	59
Figura 4	Niveles D3 Malestar ante situaciones sociales	60
Figura 5	Niveles de Habilidades Sociales	61
Figura 6	Niveles D1 Habilidades Sociales básicas	62
Figura 7	Niveles D2 Habilidades Sociales avanzadas	63
Figura 8	Niveles D3 Habilidades relacionadas a los sentimientos	64
Figura 9	Niveles D4 Habilidades alternativas	65
Figura 10	Niveles D5 Habilidades para hacer frente al estrés	66
Figura 11	Niveles D6 Habilidades sociales de planificación	63
Figura 12	Tabla cruzada de ansiedad social y habilidades sociales	64
Figura 13	Tabla cruzada de miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales	65
Figura 14	Tabla cruzada de inhibición social y habilidades sociales	66
Figura 15	Tabla cruzada de malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales	66

I. INTRODUCCIÓN

La adolescencia constituye un periodo clave en el crecimiento de la persona en la que se experimentan cambios significativos en lo físico, en lo emocional, cognitivo y social. Durante esta, las relaciones sociales toman un papel importante en el individuo, estos atraviesan una etapa de construcción de identidad, consolidando habilidades que les permita relacionarse saludablemente (Erikson, 1968). No obstante, muchos de ellos experimentan dificultades para expresar ideas o integrarse en grupos, esto se debería a una carente captación de habilidades sociales. Lo que hace que tomen un papel importante, dado que facilitan la interacción adecuada de los adolescentes, resolución de problemas, y expresando sus ideas de manera asertiva (Caballo, 2007).

Cuando estas habilidades no han sido desarrolladas de forma adecuada, pueden emerger emociones negativas al interactuar con otros, como sucede con la ansiedad social, entendida como un profundo y persistente miedo a las críticas American Psychiatric Association (APA, 2013). Lo que puede delimitar en su participación en actividades escolares, sociales o familiares.

En Latinoamérica, diferentes estudios han evidenciado una correlación negativa entre las habilidades sociales y la ansiedad social, indicando que las limitaciones en la interacción social aumentan la posibilidad de desarrollar ansiedad en contextos escolares (Olivia et al, 2010). En Perú otros estudios como han mostrado que muchos adolescentes muestran síntomas de ansiedad social vinculado a un bajo manejo de habilidades sociales. (Huamán y Perez, 2019).

Por lo tanto, esta investigación tiene como finalidad analizar la relación entre habilidades Sociales y ansiedad social en adolescentes, con la finalidad de proporcionar información beneficiosa para intervenciones de prevención y promoción del bienestar socio-emocional en la institución.

El presente estudio está compuesto por las siguientes partes, cuyo contenido referencial es el siguiente: Introducción I: Se presenta el contexto

en el que se desarrolla la investigación, otorgando una visión clara de las variables principales que serán tratadas.

Planteamiento del Problema II: Este capítulo se dedica al análisis de la problemática actual, incluyendo la pregunta general y específicas de la investigación, se plantean también los objetivos y se argumentan la relevancia y propósito del trabajo

Marco Teórico III: En este capítulo se desarrolla el sustento teórico de la investigación, que incluyen antecedentes relevantes, así como teorías y conceptos relacionados a las variables.

Metodología IV: Este capítulo expone el enfoque metodológico de la investigación, se describe el tipo de estudio, así como su población y muestra, se identifican variables, se formula hipótesis y se detalla la operacionalización de variables, detallando dimensiones, indicadores y escalas de medición.

Resultados V: Esta destinado a la exposición e interpretación de los resultados, lo que comprende en análisis descriptivo de las variables estudiadas.

Análisis de Resultados VI: Se lleva a cabo el análisis inferencial de los resultados obtenidos.

Discusión de resultados VII: En este capítulo se desarrolla la discusión, comparándolos con las investigaciones relacionadas, además se presentan las conclusiones y recomendaciones.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del Problema

La adolescencia representa una etapa, en la cual los adolescentes enfrentan numerosos desafíos en el ámbito personal, en este proceso las habilidades sociales juegan un papel muy importante, ya que permite establecer relaciones satisfactorias, resolución de conflictos, expresar sus ideas y sentimientos de manera asertiva (Caballo, 20002). Sin embargo, algunos adolescentes no logran desarrollar estas habilidades de forma efectiva, lo cual puede influir en su bienestar emocional.

Una de las consecuencias más comunes de la falta o deficiencia de las habilidades sociales es la aparición de ansiedad social, esta es considerada como un temor persistente e irracional a situaciones en las que la persona puede ser evaluado negativamente por los demás American Psychiatric Association (APA, 2013). Esto puede generar evitación de situaciones sociales, bajo rendimiento escolar o aislamiento social.

A nivel internacional, diversas investigaciones han evidenciado la relación entre las habilidades sociales y la ansiedad social durante la etapa de adolescencia. Según Inderbitzen et. al (2000) la falta de habilidades sociales puede disponer a los adolescentes a experimentar niveles de ansiedad altos en situaciones sociales, perjudicando su calidad de vida, rendimiento escolar y bienestar emocional.

De acuerdo con la Organización Mundial de Salud (OMS, 2022) aproximadamente el 4.4% de los adolescentes 10 y 14 años, y un 5.5% de adolescentes de 10 a 19 años manifiestan síntomas relacionados a la ansiedad social, impactando negativamente en su rendimiento académico, su percepción personal y capacidad para relacionarse con otros. Frente a esta problemática la UNESCO enfatiza la necesidad de apertura sobre programas de educación socio emocional, resaltando la importancia del desarrollo de habilidades sociales, ya que son clave para evitar esta problemática (UNESCO, 2021).

A nivel Latinoamérica, el desarrollo socioemocional de los adolescentes ha cobrado una gradual importancia en las últimas décadas, debido a desafíos sociales, económicos y educativos que enfrentan estos.

La Organización Panamericana de Salud (OPS, 2023) en la Región de las Américas, se estima que más de 58 millones de personas padecen trastornos de ansiedad, 7,7% en la población femenina y 3,6% en la masculina en 2015. Esto, en sexos combinados, varió según el país desde un mínimo de 3,6% en México hasta 9,3% en Brasil. La IV Encuesta Nacional de Salud Mental de Colombia (2015) evidenció que un porcentaje considerable de adolescentes entre 12 y 17 años presenta síntomas relacionados con trastornos de ansiedad y depresión. En particular, la fobia social alcanzó una prevalencia del 4,8 %, lo que refleja una problemática que afecta su vida escolar, social y emocional. Estos resultados destacan la importancia de fortalecer los programas de promoción y prevención en salud mental dirigidos a esta población (Gómez-Restrepo et al., 2016).

En el contexto Latinoamericano, la ansiedad social ha emergido con una problemática relevante. Estudios multicéntricos muestran que la ansiedad social tiene prevalencias relevantes en población joven, lo que apoya la idea de afectación transnacional (Jefferies & Ungar, 2020).

A nivel Nacional, la salud mental en adolescentes ha cobrado mayor exposición en los últimos años, ya que hubo un incremento de problemas emocionales, como estrés, ansiedad y depresión en el contexto escolar.

En el contexto de la pandemia por COVID-19, estudios oficiales en Perú señalaron un aumento en los problemas de salud mental entre niños y adolescentes, con manifestaciones que incluyen ansiedad, evitación social y retraimiento, lo que sugiere un impacto negativo en las relaciones sociales y el rendimiento escolar (Ministerio de Salud, 2020; MINSA y UNICEF, 2020).

Un estudio realizado por Sichez (2022) en adolescentes presentó bajos niveles de habilidades sociales, alcanzando un 71,6 % de estudiantes en dicha condición. Este hallazgo resalta la necesidad de implementar

programas de intervención en contextos escolares para favorecer el desarrollo socioemocional de los adolescentes.

De acuerdo con Huacan (2023) quien realizó un estudio con 220 adolescentes, reportó que el 28.6% presenta un nivel bajo de habilidades sociales, mientras que el 24.1% manifiesta alta ansiedad social, confirmando que el desarrollo de habilidades sociales actúa como un mecanismo de protección contra la ansiedad.

Estudios realizados en contextos escolares como el de Huamán y Pérez (2019), han constatado que existe una correlación significativa entre el nivel de habilidades sociales y los síntomas de ansiedad social en estudiantes de Secundaria. Así también Romero y Fernández (2021) en investigaciones realizadas en colegios privados de Lima indican que los adolescentes con un desarrollo bajo en habilidades sociales presentan niveles mayores de evitación y temor a la interacción social.

A nivel Local, en la región Arequipa, como en otras regiones, se ha convertido en una preocupación creciente el bienestar emocional de los adolescentes, viéndose en aumento la ansiedad social, que afecta su desarrollo académico y la interacción de pares. Estas carencias influyen de forma directa en como el adolescente se enfrenta a situaciones de interacción social, aumentando su ansiedad y su tendencia de aislamiento o evitación (Valdivia y Nina, 2020).

Por otro lado, Torres y Ojeda (2018) evaluaron a 105 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la I.E. Rafael Loayza Guevara. Los resultados mostraron que el 70 % de los adolescentes presentaba un nivel de ansiedad social leve, el 25 % moderado y el 5 % severo. A partir de esto se concluyó que la gran mayoría de estudiantes experimenta algún grado de ansiedad social, siendo más frecuente la forma leve.

Del mismo modo, investigaciones como la de Zúñiga y Valencia (2022) manifiestan que los adolescentes con habilidades sociales deficientes tienen mayor dificultad para desenvolverse en interacciones grupales, lo que incrementa la probabilidad de percibir ansiedad social. Estos estudios concuerdan con los reportes de profesionales de salud

mental en la región, quienes informan sobre la necesidad de abordar la prevención de trastorno emocionales, especialmente en programas de formación en habilidades sociales (Gerencia Regional de Salud Arequipa GERESA, 2023).

En el ámbito educativo el Colegio ubicado en Miraflores, viene enfrentando una problemática creciente en relación con las habilidades sociales y la ansiedad social en estudiantes de Nivel Secundario. Según lo reportado por docentes y personal del área psicopedagógico, se identificó un grupo de adolescentes que presenta dificultades para expresar sus emociones, desenvolvimiento con seguridad en contextos sociales fuera y dentro del aula, estas se reflejan en comportamientos evasivos, temor al juicio de otros, baja tolerancia a las críticas.

Sin Embargo, hasta la fecha no se ha realizado una investigación que permita conocer los niveles reales de habilidades sociales ni la intensidad de la ansiedad en esta población en específico.

2.2. Pregunta de Investigación General

¿Cuál es la relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa – 2025?

2.3. Preguntas de Investigación Específicas

¿Cuál es la relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025?

¿Cuál es la relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025?

¿Cuál es la relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025?

2.4. Objetivo general y específicos

Objetivo General

Identificar la relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Objetivos Específicos

Determinar la relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Determinar la relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.

Determinar la relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

2.5. Justificación e importancia

Justificación Teórica:

Desde una perspectiva teórica, este estudio se justifica por la necesidad de comprender de manera profunda el vínculo entre ansiedad social y habilidades sociales en la adolescencia, caracterizada por los diferentes cambios sociales, emocionales y cognitivos importantes. Investigaciones internacionales indican que existe una relación inversa entre el desarrollo de habilidades sociales y los niveles de ansiedad social: es decir, cuanto menores son las competencias sociales, mayor es la probabilidad de experimentar ansiedad social (Spence, 2003).

El modelo de habilidades sociales planteado por Caballo (2005) considera que estas, son fundamentales para su adaptación social, que pueda adaptarse y enfrentar situaciones interpersonales, ya que, si no hay un desarrollo adecuado de habilidades sociales, los adolescentes experimentarían miedo al rechazo o temor de evaluación social e

inseguridad, estas son algunas características propias de la ansiedad social.

Por otro lado, Beidel et al. (2000) desde una enfoque cognitivo - conductual, manifiestan que patrones que distorsionan la autoimagen y el juicio social contribuyen a un desarrollo de ansiedad social.

Justificación metodológica:

La investigación se enmarca en un paradigma cuantitativo, adoptando un diseño correlacional, de carácter no experimental y de corte transversal, pues busca determinar la relación entre dos variables en un grupo determinado de adolescentes. Este tipo de diseño permitirá obtener datos, objetivos medibles y estadísticamente analizables, lo cual es importante para establecer vínculos entre variables sin manipularlas.

Esta metodología ofrece la probabilidad de aplicar instrumentos estandarizados y validados, lo que garantiza la confiabilidad y validez de los datos recopilados. A si mismo este diseño experimental de corte transversal es apropiado para establecer la fuerza y dirección de la relación entre variables, sin necesidad de intervenir directamente en los participantes.

Justificación Practica:

Esta investigación tiene una relevancia directa en el contexto escolar, ya que busca generar información útil para mejorar la intervención psicoeducativa en adolescentes, en el contexto escolar, se ha observado que muchos adolescentes experimentan inseguridad al expresarse, temor a ser juzgados, y dificultad para integrarse a grupos, esto afectaría su rendimiento académico y bienestar emocional.

Disponer de información concreta sobre la relación entre estas variables permitirá que docentes, tutores o psicólogos escolares puedan diseñar intervenciones orientadas a la mejora de habilidades sociales y con ello reducir niveles altos de ansiedad social. Esto facilitará la elaboración de programas eficaces orientados en el fortalecimiento de habilidades como empatía, comunicación asertiva y resolución de

conflictos, lo cual ha demostrado ser eficiente en la reducción de ansiedad social en adolescentes

Importancia:

La presente investigación es de gran importancia ya que toma dos variables relevantes del desarrollo adolescente. Entender la relación entre ambas permite mejorar de forma efectiva en el ámbito educativo, donde se ven muchas dificultades de adaptación emocional y dificultades de interacción, en un contexto escolar la ansiedad social afecta negativamente el rendimiento académico, la integración en grupos, participación en clases y autoestima. Reconocer esta relación aporta datos importantes para poder diseñar programas de prevención y promoción en salud mental desde un enfoque educativo, enfatizando en las instituciones privadas donde las exigencias sociales y académicas pueden ser elevadas (Beidel et al., 2000).

Este Proyecto es relevante ya que aborda variables fundamentales para un desarrollo psicosocial en la adolescencia, al reconocer su relación esta investigación aporta recursos para entender cómo la competencia social influye en el bienestar emocional de los adolescentes. Esta investigación es pertinente en el contexto actual, puesto que él ha ido en ascenso los problemas de salud mental en adolescentes y muchas instituciones no cuentan con estrategias sólidas de prevención. En cuanto al impacto social, este estudio puede desarrollar beneficios escolares como comunitarios, al proporcionar información sobre la relación de ambas variables, el proyecto puede aportar implementación de programas en habilidades sociales y apoyo emocional dentro del colegio, contribuyendo y fortaleciendo el clima escolar y previniendo problemas de aislamiento, bullying o fracaso escolar.

Esta investigación contribuye al Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) N° 3 Salud y Bienestar, pues se centra en la salud mental de los adolescentes, un grupo vulnerable que suele atravesar distintos cambios emocionales, sociales cruciales, al estudiar su relación, se genera información clave para el desarrollo de intervenciones preventivas,

reforzando el bienestar emocional, promoviendo la resiliencia en contextos escolares.

2.6. Alcance y limitaciones

Alcance Metodológico: Este estudio se realizó desde el nivel correlacional permitiendo identificar la relación entre ambas variables, se hizo uso de los instrumentos validados (EDAS y Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein) respaldando la fiabilidad de los resultados adquiridos.

Alcance teórico: El estudio se fundamenta en la psicología del desarrollo y la psicología social, entendiendo las habilidades sociales como conductas aprendidas que favorecen la interacción y adaptación, y la ansiedad social como una respuesta emocional de temor o malestar ante la evaluación social. Así, la investigación aporta evidencia sobre la relación entre ambas variables desde una perspectiva psicoeducativa y preventiva.

Alcance espacial: La investigación se llevó a cabo en una institución educativa privada del distrito de Miraflores, provincia y región de Arequipa, durante el año 2025. El estudio se centró en adolescentes entre 13 y 17 años, lo que delimita el contexto de aplicación de los resultados a poblaciones con características socioeducativas y culturales similares.

Alcance Temporal: La investigación se llevó a cabo durante el año 2025, la aplicación de instrumentos de recopilación de datos se realizó en coordinación con los tutores de la institución participante.

Alcance muestral: La muestra estuvo conformada por 124 estudiantes adolescentes, pertenecientes al nivel de secundaria de una institución educativa privada del distrito de Miraflores. La selección de los participantes se realizó bajo un criterio de muestreo no probabilístico por conveniencia.

Limitaciones:

A lo largo de la ejecución de la investigación surgieron algunas dificultades en el contexto institucional. En primer lugar, hubo cruce de horarios con actividades académicas lo cual dificultó la aplicación de los instrumentos. Esta situación se solucionó gracias a la coordinación directa con la auxiliar de la institución, quien facilitó espacios alternativos para la participación de los estudiantes.

En segundo lugar, la disponibilidad de aulas se vio afectada por la presencia simultánea de practicantes de otra universidad, quienes realizaban charlas en la institución. Frente a ello, se optó por utilizar salones disponibles en horarios flexibles, evitando la interrupción de ambas actividades.

Finalmente, una de las dificultades más relevantes fue la demora en la entrega de consentimientos y asentimientos informados por parte de los padres de familia y apoderados, lo cual ponía en riesgo la participación de algunos estudiantes. Sin embargo, esta situación fue solucionada gracias al apoyo de la auxiliar de la institución, quien se encargó de reforzar la comunicación con los padres y logró gestionar la entrega de dichos documentos, asegurando la inclusión de los adolescentes en la investigación.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

A nivel internacional

Herrera y Albornoz (2022) estudio desarrollado en Ecuador tuvo como objetivo la relación que se establece entre ansiedad social y habilidades sociales en jóvenes universitarios de Psicología. Su enfoque fue metodológico cuantitativo y de corte correlacional. Esta investigación tuvo como muestra 209 estudiantes de entre 18 y 31 años, fueron evaluados mediante el cuestionario CHASO y la escala LSAS-SR. La puntuación total de ansiedad en los estudiantes, evaluada en un rango de 0 a 144, presentó valores entre 0 y 114 con una media de 40.6 y una desviación estándar considerable (26.3) lo que sitúa al grupo general en un nivel de ansiedad leve. Se identificó que el 29% de los evaluados presento niveles de ansiedad social en un rango de moderado y severo. En conclusión, los hallazgos evidencian que a medida que se incrementan las habilidades sociales, disminuye la ansiedad social, mientras la ansiedad general se encuentra en un rango leve.

Por otra parte, Sánchez et al. (2019), se planteó como objetivo examinar el vínculo entre habilidades sociales de los estudiantes que cursan la carrera de médico cirujano de la UNAM. Tiene un enfoque cuantitativo de nivel correlacional y de corte transversal, teniendo una muestra de 184 participantes. Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Beck, la Escala de Evaluación de habilidades Sociales para Adolescentes y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés de Lázarus y Folkman. Los resultados evidenciaron una relación inversa entre las variables de ansiedad y habilidades sociales. A partir de ello, se concluye que la mayoría de los estudiantes se ubican en un nivel de ansiedad leve, un 29 % alcanzó niveles moderados; y un 21 %, en nivel severo. En cuanto a las diferencias de género, un porcentaje considerable de mujeres mostraron mayor grado de ansiedad moderada a severa, en tanto que el 70% de los hombres mostraron niveles mínimos de ansiedad

Cañar (2024) investigación realizada en Ecuador tuvo como objetivo identificar la relación entre autoconcepto y ansiedad social en adolescentes, tuvo como una metodología cuantitativa, diseño no experimental, nivel descriptivo con alcance correlacional y de corte transversal, teniendo como muestra 94 adolescentes de edades entre los 12 y 18 años, los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de Autoconcepto (CAG) y la escala de Ansiedad Social para adolescentes (SAS-A), se evidencio en los resultados una correlación negativa de baja intensidad entre variables ($R = -0.319$ $p < 0.05$) concluyendo que existe una relación negativa leve poniendo como manifiesto, que a mayor autoconcepto, menor ansiedad social.

Bonilla y Vizetue (2022) Su estudio tuvo como finalidad establecer la relación entre los niveles de ansiedad y de habilidades sociales en una población estudiantil universitaria, esta investigación se desarrolló desde una perspectiva cuantitativo, con un diseño correlacional, no experimental y corte transversal. Su muestra fue de 159 personas. Se aplicaron como instrumentos el inventario de Ansiedad de Beck y la escala de habilidades sociales. Determinándose una relación significativa de carácter moderado e inversa entre variables, ($\rho = -0.493$, $p = 0.001$), indicando que, a mayores niveles de habilidades sociales, menores niveles de ansiedad, en conclusión, las habilidades sociales actúan como factor protector frente a la ansiedad en estudiantes universitarios.

Por otro lado, Clemente (2021) tenía como objetivo identificar el vínculo entre el estrés académico y la ansiedad en alumnos de una institución, con una población de 561 jóvenes entre 18 a 28 años de la cual se obtuvo una muestra de 275 estudiantes. Para la recolección de información se usó una cédula, el Inventario de Estrés Académico y el Inventario de Ansiedad de Beck. De los resultados se desprende que el 42.6 % de los estudiantes muestra un nivel de estrés académico severo, el 32.8% un nivel moderado y el 24.6 % un nivel leve. En cuanto a la ansiedad el 35.3 % de los estudiantes se ubica en un nivel de ansiedad leve, 29.5 % en moderado, y el 17.5 % en un nivel alto. Con base en ello se determinó que no hay diferencias estadísticamente significativas entre el estrés académico

($t = .947$, $p = .750$) y ansiedad ($t = .572$, $p = .567$). En síntesis, los resultados muestran que los estudiantes experimentan estrés académico y ansiedad, aunque con diferencias según los ciclos y con un efecto moderado entre variables.

A nivel nacional

Villar (2023) llevo a cabo una investigación cuyo propósito es analizar la relación que existente entre ansiedad social y las habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador. Para esto se tuvo una población de 397 estudiantes de ambos sexos entre edades de 15 y 17 años. Los instrumentos aplicados fueron Escala de ansiedad social y la Escala de Habilidades sociales de Elena Gismero (EHS). La investigación se clasifico como descriptiva correlacional y de diseño no experimental. Los análisis evidenciaron una asociación positiva y muy significativa ($p < 0.01$) entre el puntaje total de ansiedad social y de habilidades sociales ($r = .710$), se halló en un alto nivel de ansiedad un 47.81%. y en un nivel bajo un 42.9%, así mismo se identificó en niveles de habilidades sociales un 37.53% presenta un nivel alto y un 30.48% en nivel bajo. Los resultados permiten afirmar que la ansiedad social influye de forma directa en las habilidades sociales que alcanzaron los estudiantes de nivel secundario.

Ángeles y Pérez (2023) desarrollaron una investigación que tuvo como finalidad establecer la relación entre ansiedad y habilidades sociales en alumnos de primer año pertenecientes a la Escuela de Educación Superior Técnica Profesional de la Policía Nacional del Perú, la población considerada fue de 358 estudiante de los cuales 183 conformaron la muestra con edades comprendidas entre los 20 y 27 años, su enfoque fue cuantitativo de nivel correlacional y diseño no experimental transversal. Se aplico el cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo (STAI) y la Escala de Habilidades Sociales. Los resultados evidenciaron que, respecto a la variable ansiedad, el 78,7 % de los participantes presentó un nivel bajo, el 20,8 % un nivel medio y únicamente un estudiante mostró un nivel alto. En cuanto a las habilidades sociales, el 77 % alcanzó un nivel alto y el 23 %

un nivel medio, sin registrarse casos en el nivel bajo. Por tal razón se concluye que existe una correlación negativa entre ambas variables, indicando que, a menor nivel de ansiedad, mayores son las habilidades sociales.

Morales (2022) su estudio se orientó a identificar la relación entre ansiedad y habilidades sociales en alumnos de nivel secundario en el distrito de Comas. Esta investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo de tipo básico, con nivel correlacional y diseño no experimental de corte transversal, teniendo una población de 120 estudiantes y una muestra de 80 participantes. Los instrumentos utilizados para las dos variables fueron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo IDARE y el cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein. De acuerdo con los resultados descriptivos, evidenciaron que la ansiedad se presentó en un 68.8% relacionado a un nivel medio y las habilidades sociales, a un 57.7%, situándose de igual forma en un nivel medio. Del mismo modo se comprobó la relación entre variables con un Rho: $-0,683$, obteniéndose un nivel de significancia de $.000$. Por consiguiente, se determinó la presencia de una relación inversa entre ansiedad y habilidades sociales, indicando que un bajo nivel de ansiedad, se asocia con un mayor nivel de habilidades sociales.

Zapata (2021), tenía como objetivo determinar la correlación existente entre habilidades sociales y ansiedad social, asimismo se trató de un estudio correlacional con enfoque cuantitativo, diseño transversal y no experimental, teniendo como muestra 36 participantes. Para la recopilación de datos se emplearon el Cuestionario de Habilidades Sociales y la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad. Se halló que el 88,9% de los alumnos alcanzan un nivel alto de las habilidades sociales, y el 11,1 % restante corresponde a un nivel medio. Respecto a la ansiedad, se evidenció que el 94,4 % de los participantes muestran niveles bajos de ansiedad, en contraste con un 5,6 % de alumnos clasificados dentro del nivel medio. Finalmente, los resultados permiten determinar que existe una relación inversa baja y significativa entre variables.

Arhuis y Ipanaqué (2023) tuvieron objetivo analizar la relación entre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Se desarrolló bajo un diseño correlacional de tipo transversal, la muestra estuvo conformada por 313 estudiantes de la de Educación. Para la recolección de datos se aplicaron el Inventario de Situaciones Sociales (ISS), la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.

Los resultados mostraron que tanto las habilidades sociales como el bienestar psicológico se relacionan de manera positiva con el rendimiento académico ($r = 0.60$ y $r = 0.71$; $p < 0.05$). Asimismo, se evidenció una correlación positiva entre habilidades sociales y bienestar psicológico ($r = 0.52$; $p < 0.05$). En los análisis descriptivos se observó que el 33.54 % de los estudiantes alcanzó un nivel bajo en habilidades sociales y el 34.18 % un nivel bajo en bienestar psicológico, mientras que el 42.49 % se situó en un nivel medio de rendimiento académico. En síntesis, aunque se identificaron deficiencias en los niveles de las variables, se confirmó la existencia de relaciones significativas y positivas entre ellas.

A nivel local

Linares y Valdivia (2022) su propósito de estudio fue identificar la correlación entre ansiedad y habilidades sociales en alumnos de nivel secundario, se planteó un método de investigación de naturaleza básica, diseño no experimental, de corte transversal, con un enfoque cuantitativo de nivel descriptivo- correlacional, su población se compuso de 295 estudiantes, extrayendo de ella una muestra de 167 alumnos, las pruebas utilizadas que se aplicaron fueron la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad (EAA) y el Cuestionario de Lista evaluación de Habilidades sociales, de acuerdo con los puntajes obtenidos mediante el coeficiente de Spearman, se reflejan una asociación inversa moderada el cual fue de $-0,419$; por tanto se deduce que un 26,35% de participantes presenta un bajo nivel de habilidades sociales, mientras que el 76,4% presenta ansiedad mínima, lo que implica que la escasa habilidad social se asocia a bajos niveles de ansiedad.

Oviedo y Palomino (2022) Esta investigación tuvo como objetivo principal el vínculo existente entre el nivel de habilidades sociales y el nivel de ansiedad social en universitarios durante la modalidad de clases virtuales a raíz de las restricciones impuestas por la pandemia de Covid-19, la muestra estuvo integrada por alumnos de 18 años en adelante, los medios de evaluación empleados incluyeron la Escala de Habilidades Sociales EHS de Gismo y la escala de Ansiedad Social de Liebowitz EASL, la metodología con un diseño correlacional, no experimental y de corte tipo transversal. Se observó que el 70.9% de los alumnos muestra un nivel bajo de habilidades sociales, mientras un 53.7% alcanzaba un grado moderado de ansiedad social. Se determinó una correlación negativa significativa entre ambas variables (Rho calculado = $-.524$; p -valor= 0.000); indicando que cuando las habilidades sociales disminuyen corresponde un mayor nivel de ansiedad y, al contrario.

Ticona (2023) Este estudio tuvo como objetivo examinar la relación existente entre acoso escolar y las habilidades sociales en adolescentes de secundaria, esta investigación se desarrolló desde un enfoque cuantitativo de carácter descriptivo, correlacional y transversal, incluyendo a 130 alumnos entre 12 a 16 años. Los instrumentos utilizados fueron la escala de Agresión entre Pares y la Lista de Habilidades sociales. Para evaluar las relaciones entre las variables cuantitativas se utilizó un análisis de correlación el coeficiente de Pearson. En cuanto al nivel de habilidades sociales se observó que la mayor parte de estudiantes se sitúan en un nivel promedio, distribuyéndose el 9 %, en un nivel alto, el 69 %, en promedio; y el 22 % de alumnos en un nivel bajo. Específicamente, se observó que a medida que se incrementa el grado escolar, la influencia positiva de los adultos también aumenta, lo que sugiere una mejora en las habilidades sociales de los estudiantes.

Quevedo (2019) tuvo el propósito de determinar la relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales. El estudio fue de tipo descriptivo-correlacional, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental y transversal, trabajando con una muestra censal de 49 alumnos de 1° a 5° de secundaria. Se aplicaron la prueba de Inteligencia Emocional Bar-On

ICE abreviada (60 ítems) y la Escala de Habilidades Sociales EHS (33 ítems). Los resultados evidenciaron la existencia de una correlación positiva y moderada entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales ($r = 0.447$; $p = 0.001$), lo cual indica que un mayor nivel de inteligencia emocional se asocia con un mejor desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes evaluados.

Morales (2023) se planteó como propósito determinar la relación existente entre habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes de una institución nacional, el presente estudio empleó un enfoque cuantitativo- descriptivo, con diseño correlacional y transversal, contando con una población de 124 adolescentes, Los instrumentos que fueron empleados son el cuestionario de Habilidades Sociales y Conductas de Riesgo Psicosocial en el adolescente, según los hallazgos se encontró que el 64.51% de los adolescentes tienen habilidades sociales de nivel muy bajo a promedio bajo y el 19.37% alcanza niveles de promedio alto a muy alto, por otra parte el 77.42% de los adolescentes está en situación de riesgo y el 22.58% no presenta riesgo, concluyendo que existe una relación negativa entre habilidades sociales y conductas de riesgo, esta relación es muy significativa y considerable.

3.2. Bases teóricas

Definición de la Variable Ansiedad Social:

La ansiedad social o fobia social es un trastorno psicológico en el que predomina un miedo intenso y profundo a ser valorado de forma negativa en situaciones sociales. Según (Rapee & Spence, 2004) la ansiedad social se manifiesta como miedo excesivo a la evaluación negativa, el juicio o rechazo de los demás.

De acuerdo en el DSM-5 (2022) define la ansiedad social como el miedo intenso en situaciones sociales, donde la persona está expuesta al juicio de otros, acompañado de conductas de evitación. Según Clark y Wells (1995) la ansiedad social es el resultado de procesos cognitivos inadecuados como las expectativas negativas, la autoobservación excesiva y la percepción distorsionada de una amenaza social. Esta implica un

patrón constante de temor a situaciones donde se anticipa evaluación negativa, ya que está relacionada con la autoestima y el autoconcepto (Hofmann, 2007).

Según Caballo et al. (2019) la ansiedad social también conocida como trastorno de ansiedad social (TAS) se muestra como un miedo excesivo frente a diversas situaciones de interacción u observación pública, conductas de evitación o preocupación por mostrarse nervioso, generando evaluación negativa por parte de otros.

Teorías Explícitas de la Ansiedad Social

Modelo Cognitivo Clark y Wells (1995): Este modelo se centra en como los procesos cognitivos y atencionales preservan la ansiedad en situaciones sociales, incluso cuando el peligro es inexistente o mínimo. Estos nos dicen que las personas con esta fobia tienen creencias disfuncionales acerca de si mismas o de cómo son valorados por los demás. Es así que esta focalización sobre sí mismo, las ideas negativas sobre su propio potencial activan sus creencias disfuncionales, y el proceso de información distorsionada se lleva a cabo en tres fases:

Procesamiento anticipatorio: Antes de ponerse en una situación social vulnerable, las personas con ansiedad social, tienden a anticipar en detalle lo que cree podría salir mal, esto activa una respuesta fisiológica característico de la ansiedad, y da lugar a una visión pesimista sobre su capacidad de desempeño en el contexto social, como una estrategia para evitar este malestar, recurren a la evitación, esto impide que puedan comprobar si sus creencias son correctas o erróneas, intensificando así los síntomas del trastorno.

Procesamiento durante la situación social: El individuo con fobia social tiende a percibirse como si se estuviera observando desde una perspectiva externa lo que se conoce como perspectiva del observador, a partir de esta visión el individuo elabora una distorsionada imagen de sí mismo centradas en su propio desempeño; es así que, aunque existan respuestas favorables del entorno que lo rodea, estas no serán tomadas en cuenta.

Procesamiento de la información tras concluir la relación social: Una vez que la situación social culmina, la persona recuerda y analiza lo que ha sucedido, anticipando posibles consecuencias negativas. Esta forma de autopercepción suele valorar los hechos de forma más negativa de lo que fueron realmente, incluso deseando volver al momento para modificar su forma de actuar, Aunque inicialmente pudo percibirse como adecuado, este repaso mental llega a magnificar los errores percibidos y minimizar los aspectos positivos.

Modelo Cognitivo de Rapee y Heimberg (1997): Este modelo plantea que la ansiedad surge en contextos sociales, originada por la percepción de una potencial crítica, ante esta situación la persona crea una imagen mental de sí misma basada en cómo cree que otros lo ven. Esta representación mental de sí mismo es comparada con lo que asume que son las expectativas del entorno, cuestionándose si logra cumplirlas. Este análisis lo lleva interpretar de forma negativa sus síntomas fisiológicos y conductas asociadas a la ansiedad, fortaleciendo la percepción de su imagen y con la creencia de que su desempeño ante el entorno es malo. Considerando la importancia del procesamiento cognitivo en la ansiedad social, Rapee y Heimberg (1997) proponen un modelo que incluye factores relacionados los principales componentes de este modelo son los siguientes:

Atención auto concentrada: Esta provoca que el individuo se vuelva altamente consciente de sí mismo, en lugar de prestar atención a su entorno, se enfoca en aspectos internos como respiración, tono de voz y postura. Rapee y Heimberg (1997) señalan que este enfoque actúa como un filtro que bloquea la percepción objetivo del entorno, lo que refuerza la sensación de amenaza, en consecuencia, se crea un ciclo de pensamientos negativos sobre uno mismo que alimenta e intensifica la ansiedad. Desde su perspectiva Morrison y Heimberg (2013) evidenciaron que, en contextos sociales, las personas con ansiedad centran su atención en sí mismos en comparación con otros.

Creación de una imagen mental negativa: Rappe y Hiemberg (1997) señalan que esta imagen mental se convierte en el centro de su ansiedad, siendo interpretado como una señal interna no favorable de que su desempeño en situaciones sociales es deficiente. Aquí la persona con ansiedad social suele generar una distorsionada imagen de sí mismo viéndose como torpe o socialmente inadecuado, esta percepción no proviene de señales externas reales sino de influencias internas por el temor. Estudios recientes como el de Hirch et al (2003), han demostrado que las imágenes negativas, incrementan los niveles de autoconciencia y elevan la carga emocional en entornos sociales.

Sobreestimación de la evaluación negativa: Aquellos que padecen de ansiedad social, tienden a intensificar tanto la probabilidad como las consecuencias de percibir una evaluación negativa, incluso consideran que el error más pequeño es notado y que esto podría generar consecuencias importantes, como la pérdida de aceptación social o rechazo. Según Rappe y Heimberg (1997), esto se conoce como la hipótesis de amenaza social percibida, en la que el individuo no solo toma en cuenta el ser evaluado sino, está seguro de que ocurrirá.

Comparación con estándares inalcanzables: Quienes padecen de ansiedad social, con frecuencia se evalúan a sí mismas, empleando metas excesivas, exigentes e irreales, como evitar errores, siempre mantener la conversación o intentar agradar a todos. Estos objetivos provocan su autopercepción como deficiente a pesar de que haya resultados positivos y apropiados.

Conductas de seguridad: Para evitar situaciones donde pueden ser juzgados o rechazados, las personas con ansiedad social adoptan conductas defensivas que pueden brindarle una sensación de alivio momentánea, pero que a largo plazo mantienen y se intensifica la ansiedad. Algunas de las estrategias son: evitar el contacto visual, evitar hacer preguntas por no destacar, o simular estar ocupados, los autores explican que estas conductas impiden que el individuo pueda experimentar vivencias reales que permitan su mejor desenvolvimiento en situaciones

sociales. Por su parte Hirsch et al. (2006) identificaron que este tipo de comportamiento dificulta el aprendizaje de nuevas experiencias, en contextos sociales dificultando su progreso.

Procesamiento posterior a la situación: Cuando la interacción social ha culminado, el individuo suele analizar lo ocurrido de manera autocrítica enfocándose en una revisión negativa de su desempeño, en el transcurso: vuelven a analizar lo sucedido de manera más severa, enfocándose en solo los fallos que pudieron salir mal, magnificando errores pequeños e insignificantes. Según Brozovich y Heimberg (2008) encontraron que este patrón después de la interacción está relacionada a la persistencia del trastorno de la ansiedad

Dimensiones de Ansiedad Social

La Greca y López (1998) proponen que la ansiedad social en adolescentes se entiende mejor a través de un enfoque multidimensional que abarca aspectos como el temor a la evaluación negativa, la evitación de situaciones sociales y el malestar general asociado a la interacción social

Miedo a la Evaluación Negativa: Esta dimensión refleja la preocupación excesiva por ser evaluado negativamente por otros, relacionado con el temor a ser criticado, rechazado o hacer el ridículo en situaciones sociales, algunas de las características son la alta sensibilidad a las opiniones de los demás, la tendencia a interpretar señales indefinidas en modo de rechazo o crítica y preocupación por causar una mala impresión, esto puede generar una baja autoestima, un aumento de autoexigencia y autocrítica, favoreciendo pensamientos anticipatorios negativos.

Malestar y Evitación en Situaciones Sociales: Esta dimensión se refiere al sentimiento de incomodidad persistente en situaciones sociales y la tendencia a evitar la interacción con otros individuos, algunas de las características son la tendencia a preferir la soledad o actividades con poca o nula interacción, la sensación de no pertenecer o estar fuera de lugar en contextos sociales y la presencia de ansiedad en interacciones sociales sin

que exista un criterio de evaluación, las consecuencias a esto pueden ser un aislamiento social progresivo, reducción de oportunidades para el desarrollo de habilidades sociales y dificultad para establecer relaciones interpersonales.

Malestar y Evitaciones en situaciones Sociales o con extraños: Esta dimensión analiza el nivel de ansiedad y evasión que presenta un adolescente al afrontar contextos sociales nuevos o personas desconocidas, algunas de las características son la alta dependencia de figuras conocidas para lidiar con situaciones nuevas, inseguridad en el primer contacto visual y malestar ante lo desconocido, esto puede provocar retraimiento en actividades comunitarias, riesgo de no conformar grupos sociales y la dificultad para adaptarse a nuevos entornos.

Perspectiva Histórica

En la edad antigua y media, el temor a ser juzgado era interpretado como cobardía, falta de carácter, Aristóteles hablaba de vergüenza social como una virtud moderada, en el siglo XIX con el avance de la psiquiatría se dio inicio al estudio del miedo irracional al interactuar o expresarse en público, en 1905 Kraepelin menciona por primera vez el término “fobia social”

En el Siglo XX se consolidó la ansiedad social como trastorno específico con las primeras clasificaciones clínicas. La ansiedad social ha sido históricamente malinterpretada como simple timidez, sin entender su impacto limitante (Heimberg & Becker 2002). En el siglo XXI el enfoque ha pasado a un mejor entendimiento sobre la ansiedad social como un fenómeno psicosocial.

Perspectiva Epistemológica

Desde un enfoque epistemológico la ansiedad social se estudia dentro del paradigma positivista y empírico – analítico, debido a que es observable y medible a través de instrumentos estandarizados, se estudia mediante diseños cuantitativos, correlacionales o experimentales y permite establecer relaciones causales. Según Caballo (2003) la ansiedad social es

una variable psicológica vulnerable a ser evaluada y bajo criterios empíricos.

Sin embargo, se puede analizar desde el constructivismo, ya que la ansiedad social es también una construcción subjetiva influenciada por el entorno socio cultural y las experiencias personales (Bandura 1986).

Perspectiva Filosófica

Desde el punto fisiológico, la ansiedad social puede vincularse con diferentes enfoques:

Filosofía Existencial: Esta corriente planteada por Heidegger (1927) está centrada en la existencia humana y la relación con el ser, la ansiedad no se reduce a una reacción frente al peligro, sino que constituye una vivencia intensa, que lleva a la persona a enfrentarse consigo mismo. A diferencia del miedo que tiene un objeto concreto, la angustia surge frente a la nada y revela el vacío de sentido, Heidegger afirma que el humano es un ser en el mundo con otros (Mitsein), pero en la realidad diaria suele caer en el uno (das Man) es decir una vida interpersonal moldeada por la presión social, generando una pérdida de autenticidad, desarrollando el temor de desviarse de lo establecido y ser excluido.

Humanismo Psicológico: Esta perspectiva pone la relevancia en la experiencia subjetiva, la libertad, la autorrealización y la dignidad del ser humano. Carl Rogers (1951) entiende al ser humano como un individuo positivo que posee una inclinación hacia el desarrollo personal, la realización de sus capacidades y el crecimiento integral. Esta idea forma la base de su teoría, en la que la persona avanza hacia la autorrealización siempre que el entorno y las condiciones lo permita.

Definición de la Variable Habilidades Sociales

Las Habilidades Sociales comprenden conductas y actitudes adquiridas que facilitan a las personas comunicarse e interactuar adecuadamente con su entorno tanto en el ámbito personal como el laboral, estas son fundamentales para establecer y mantener relaciones satisfactorias y

saludables, facilitando la comunicación, el manejo de conflictos, así como establecer relaciones interpersonales positivas.

Según Goldstein (1980) señala que son capacidades que permiten a las personas actuar de forma adecuada socialmente y solucionar sus problemas interpersonales, Por otro lado Caballo (2005, p.6) refiere que las habilidades sociales son "Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresan sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelven los problemas inmediatos de la situación mientras minimizan la probabilidad de futuros problemas."

Según la American Psychological Association (2023), "las habilidades sociales son las capacidades aprendidas que permiten a un individuo interactuar de manera eficaz y armónica con otros en diversos contextos sociales" (párr. 1).

Teorías que sustentan el desarrollo de Habilidades Sociales

Teoría del Aprendizaje Social Bandura, (1986): Esta teoría desarrollada por Albert Bandura refiere que las personas aprenden comportamientos, valores, actitudes y respuesta emocionales observando a otros, especialmente del entorno cercano como padres, docentes y compañeros. Sus principios fundamentales fueron: aprendizaje por observación, procesos cognitivos mediadores, refuerzo vicario, autorregulación e interaccionismo recíproco triádico.

Aprendizaje Observacional (Vicario): Según Bandura, (1986) los individuos pueden adquirir nuevos comportamientos mediante la observación hacia otros, sin la necesidad de experiencias directas o refuerzos inmediatos, esta capacidad de observar y aprender son base de la educación y desarrollo social, lo que posibilita la adaptación eficaz de un individuo a su entorno.

Procesos Cognitivos en el Aprendizaje Social: De acuerdo con Bandura (1986) plantea que la imitación es un proceso mediado por el

pensamiento, es decir no es automático, y se conceptualiza a través de 4 procesos de mediación, que describen como el aprendizaje observacional se traduce en cambios cognitivos y conductuales, es decir los individuos no observan de manera automática el comportamiento y lo repiten, más bien es un proceso de pensamiento antes de la imitación llamado mediación. Para que este aprendizaje ocurra de manera efectiva es importante que no solo observen las conduzcan, sino también las incorporen y repitan a lo largo del tiempo, dependiendo de los factores contextuales e internos, Los siguientes procesos son:

- Atención: Es una función cognitiva por la cual percibimos y comprendemos lo que sucede a nuestro alrededor, para lograr imitar un comportamiento este debe tener suficiente influencia y percibir nuestra atención. Según Bandura (1986) solo los comportamientos que pueden ser captados tienen la posibilidad de ser adquiridos, la intensidad del estímulo o el estado de quien observa influyen directamente en este proceso.

- Retención: Este proceso hace referencia a la memorización del comportamiento observado, ya que debe ser recién aprendida para que se mantenga, es decir sin retención no se establece el aprendizaje del comportamiento. Bandura (1986) plantea que este almacenamiento de información se da a través de formas simbólicas, como imágenes o lenguaje, la comprensión y repetición del comportamiento influyen en la capacidad de retenerlo mentalmente.

- Reproducción: Es la capacidad de repetir la conducta que otro individuo o modelo acaba de mostrar, podemos definir este proceso como la creación de un esquema de actuación, en esta etapa la repetición de la conducta es relevante para la mejora y desarrollo de nuestras habilidades. Bandura (1986) explica que la reproducción de una conducta no depende de solo conocerla mentalmente, además requiere de las capacidades motoras y cognitivas de la persona para realizarla, la práctica constante puede perfeccionar su desempeño.

- Motivación: Este proceso se define como la voluntad de realizar una conducta, previamente observada y aprendida, Bandura (1986)

describe que, aunque un individuo haya aprendido y retenido la información y tenga la capacidad de repetirla, es poco probable que la persona imite la acción sino hay un nivel de motivación adecuado, es decir, la probabilidad aumentara si existe una recompensa o beneficio.

Teoría del Desarrollo Psicosocial (Erik Erikson 1950):

La formación de la personalidad es un proceso continuo a lo largo de la vida, donde en cada fase de desarrollo del individuo, afronta un conflicto social específico y así cuando resuelve un problema permite fortalecer el yo.

La teoría de Erikson, está compuesta por 8 etapas, donde el lograr cada una exitosamente da lugar a una personalidad sana y de interacciones favorables con otros, por lo contrario, el no ser completadas, conduce a una capacidad limitada para terminar otras etapas, ya que estas están entrelazadas y se influyen mutuamente a lo largo de la vida.

Etapas Psicosociales de Erik Erikson:

Confianza básica vs Desconfianza (12 -18 meses): En esta etapa los bebés son totalmente dependientes por tanto están al cuidado de un adulto, donde este cubre sus necesidades, los bebés desarrollan un sentido de que tan confiables pueden ser los demás, ellos requieren desarrollar un equilibrio entre confianza y desconfianza, que les posibilite crear relaciones íntimas y protegerse a sí mismos, si las escalas favorecen la confianza según Erikson (1950) los niños desarrollan durante la infancia la llamada virtud de la esperanza, entendida como la creencia en la capacidad de cumplir sus deseos y necesidades, por lo contrario, si predomina la desconfianza, tendrán una perspectiva hostil del mundo, desarrollando problemas de interacción.

Autonomía vs Vergüenza (18 meses - 3 años): Durante este periodo, los niños empiezan a tomar consciencia de su cuerpo y adquieren control parcial sobre él. Según Erikson (1950) lograr el equilibrio entre autonomía vs vergüenza con lleva al surgimiento de la virtud de la voluntad, aquí los niños aprenden a elegir y tomar sus propias decisiones y seguir sus

intereses. Para adquirir requieren suficiente control y una guía adulta, el miedo de perder el autocontrol en situaciones sociales, puede bloquearlo y hacer que dude de sí mismo, avergonzándose y sufrir pérdida de autoestima, quienes superan esta etapa con éxito, tienden a una óptima y sana autoestima a largo plazo.

Iniciativa vs Culpa (3 – 5 años): Esta etapa se refiere al conflicto entre el deseo del niño de anhelar metas, tener planes y actuar por sí mismo vs las normas o límites que los adultos imponen lo que podría generar culpa en el niño. Durante esta fase el niño fomenta la iniciativa al probar actividades nuevas y mantiene la perseverancia frente al fracaso. Aquellos que logran esta etapa con éxito, adquieren una sólida autoconfianza y desarrollan la habilidad de guiar a otros, por lo otro lado, cuando un adulto responde de manera negativa, hay mayor probabilidad a un sentimiento de inseguridad y desarrollo de culpa, la que, si se maneja en proporción adecuada, ayudará al niño a aprender de sus errores, pero si esta es desmedida el niño no sentirá la capacidad de afrontar retos o conflictos futuros.

Laboriosidad vs Inferioridad (5-13 años): Erikson (1950) describe la infancia caracterizada por una tranquilidad emocional relativa, en la cual los niños adquieren habilidades cuyo medio cultural requiera. En esta fase el cerebro del niño está más desarrollado, por lo que puede manejar conceptos abstractos y tareas más complejas; cuentan con la capacidad de identificar sus propias habilidades como la de otros, pero también con ellos mismo. La realización de esta etapa dependerá de la estimulación positivo y el reconocimiento que se les dé. Se espera que puedan desarrollar un sentido de competencia sobre su entorno, animándolos a incorporar nuevas habilidades y afrontar nuevos retos.

Identidad vs Confusión de Roles (13 – 21 años): Durante la adolescencia, la transición de niñez a la vida adulta es muy importante, el adolescente busca integrarse y pertenecer a una sociedad, ellos exploran quienes son como individuos, buscando establecer una identidad y pueden experimentar distintos roles. Si el adolescente recibe un apoyo adecuado

de su entorno logran consolidar una identidad sólida, esto les brinda seguridad, pero si no finalizan esta etapa pueden experimentar confusión de identidad, es decir su papel en la sociedad y propósitos inconcluso, además pueden manifestarse comportamientos como rechazo a quienes piensan distinto.

Intimidad vs Aislamiento (21 – 40 años): En esta etapa se modifica la forma de relacionarse, ya que estas son más maduras, buscando compañía, seguridad y confianza, además, estas relaciones exigen compromiso y solo aquellos que consiguieron una fuerte identidad son capaces de establecer una relación con otros. Superar con éxito esta fase, permite que las personas conecten su identidad con la de los demás, por lo contrario, se deduce fracaso en relaciones íntimas con otros.

Productividad vs Estancamiento (40 - 60 años): Según Erikson la generatividad implica la necesidad de enseñar, cuidar o apoyar a los otros. Con estancamiento nos referimos a cuando las personas al llegar a la mediana edad (alrededor de los 40) se auto perciben como ancianas, esto anticipando su vejez en fase temprana. En consecuencia, esto produce pérdida de entusiasmo y una actitud derrotista, sintiendo que no tiene nada que ofrecer a los demás. Si esta etapa es superada con éxito, hablamos de personas generativas y productivas, siendo capaces de equilibrar el trabajo y la diversión, ahora si esta fase no es superada, serán personas no capaces de aportar favorablemente a siguientes generaciones.

Integridad vs Desesperación (65- a más): Durante esta fase, marcada por la reflexión sobre lo vivido y la aceptación de la propia finitud, los adultos mayores atraviesan desafíos y cambios emocionales, sociales y físicos, cuando una persona alcanza la integridad, experimentará satisfacción y sabiduría, contrariamente la desesperación está asociada al arrepentimiento y la sensación que la vida luce sin propósito.

Dimensiones de Habilidades Sociales:

Este modelo propuesto por Goldstein (1980) es una de las aproximaciones más aplicada al ámbito psicoeducativo y clínico, bajo este enfoque las habilidades S. son conductas aprendidas que permiten a las personas poder formar vínculos eficaces y adecuados en diferentes contextos sociales. Goldstein organizó 5 dimensiones funcionales, en la cual cada una aborda aspectos específicos del comportamiento social, estas son las siguientes:

Habilidades Sociales Básicas: esta dimensión agrupa conductas esenciales para iniciar y poder mantener interacciones sociales favorables, incluyendo comportamientos como, dar inicio a una conversación, mantener el contacto visual, presentarse, escuchar activamente y formular preguntas adecuadas, Estas habilidades son la base para establecer relaciones interpersonales saludables, facilitando a la persona desenvolverse de manera funcional en situaciones sociales (Goldstein 1980). La deficiencia o ausencia de estas conductas pueden limitar gran parte de su capacidad de socialización, pudiendo generar rechazo o aislamiento social.

Habilidades relacionadas con los sentimientos: Esta dimensión evalúa la competencia del individuo para poder reconocer manejar y expresar emociones, tanto propia como de otros, esta incluye habilidades como reconocimiento de los estados emocionales de otros, lo que permite la comprensión interpersonal y empatía. Estas habilidades son fundamentales para la regulación de emociones, el fortalecimiento de vínculos afectivos y la resolución de conflictos. Un manejo adecuado emocional es componente clave para un funcionamiento socialmente adaptativo.

Habilidades alternativas a la Agresión: Esta dimensión está comprendida por conductas orientadas al manejo de situaciones de conflicto sin recurrir a reacciones agresivas o violentas, entre estas se encuentra, el autocontrol ante la provocación, la negociación y el expresar desacuerdos de forma respetuosa. Goldstein (1980) sugiere que enseñar

alternativas no violentas permitirá reducir conductas disfuncionales que promuevan la conciencia, ya que estas habilidades son relevantes en situaciones escolares o juveniles donde la presión social y los conflictos interpersonales son constantes.

Habilidad para hacer frente al Estrés: Esta se refiere a la capacidad de la persona para confrontar de manera eficiente situaciones desafiantes y de estrés, como la presión de grupo, la crítica, la frustración y el fracaso, esta implica habilidades como el autocontrol emocional, el uso de estrategias de afrontamiento y reformulación cognitiva de contratiempos o desafíos, según el modelo de Goldstein el avance de estas habilidades permite que el individuo reduzca su impulsividad y opte por respuestas reflexivas ante el estrés, lo que repercute de manera positiva su salud mental y estabilidad emocional.

Habilidades de Planificación: Esta dimensión incluye conductas dirigidas a la toma de decisiones y al establecimiento de metas personales y sociales, esta engloba habilidades como la evaluación de alternativas, la anticipación de consecuencias y la autogestión de comportamiento en funciones de objetivos sociales. Estas competencias permiten que la persona pueda actuar con mayor autonomía facilitando su adecuación a entornos como escuela u hogar. De acuerdo con Goldstein (1980) una planificación efectiva es una demostración de competencia social.

Perspectiva Histórica:

En los primeros años del siglo XX hablar sobre las habilidades sociales no eran de mayor relevancia, no eran tomadas sistemáticamente en la investigación científica. A partir de los 60 y 70 con la relevancia de la psicología conductual y cognitivo conductual, es ahí donde las habilidades interpersonales tomaron importancia en la psicología aplicada en enfoques de intervención tanto educativos, como clínicos y organizacional.

En los años 80 y 90 autores como Goldstein (1997) y Gismero (2000) desarrollaron programas de intervención y evaluación estructurado, reforzando el concepto de habilidades sociales como un constructo psicológico medible.

Perspectiva Epistemológica:

Desde un punto de vista epistemológico, las habilidades sociales entran al paradigma positivista y empírico analítico ya que son observables y medibles, y pueden ser modificadas, lo cual permite relaciones de causalidad. Las habilidades sociales representan un constructo teórico operativo, que puede ser definitivo, evaluado, y manipulado en situaciones de prueba o de forma natural (Caballo 2005).

Además, se relacionan con la epistemología del constructo social, como dijo Bandura (1986) la conducta socialmente hábil no surge de la nada, por lo contrario, surgen dentro de marcos culturales que otorgan significado a la socialización.

Perspectiva Filosófica:

Desde el punto fisiológico, las habilidades sociales pueden comprenderse como capacidades esenciales para la convivencia en sociedad. La filosofía pragmática expuesta por Dewey (1938), sostiene que la educación debe preparar a las personas para un desenvolvimiento activo en la humanidad, donde la cooperación y comunicación son claves para la convivencia. Por su parte Rogers (1961) desde una visión humanista resalta la importancia del humano para poder expresar sus emociones, ser escuchado y establecer vínculos empáticos con otros logrando alcanzar su desarrollo personal.

3.3. Marco conceptual

Adaptación Social: Es un proceso mediante el cual el individuo logra ajustarse a las demandas, normas y expectativas del entorno social en el que se desenvuelve (Shaffer, 2002).

Autoconcepto: Es un conjunto de creencias, percepciones y valoraciones que una persona tiene sobre sí misma en diferentes dimensiones como la académica, social, emocional, familiar y física (González et al., 2000).

Bienestar Socioemocional: Capacidad de gestionar adecuadamente las emociones propias y ajenas, contribuyendo a una mejor

adaptación social y una mayor satisfacción vital (Extremera y Fernández, 2004).

Competencia Social: Serie de conductas que un individuo manifiesta en interacciones sociales, reflejando sentimientos, actitudes, de manera correcta respetando a los demás y resolviendo conflictos de forma adecuada (Caballo, 1993).

Fobia Social: Este se caracteriza por el miedo intenso desproporcionado a situaciones sociales en las que la persona está expuesta, lo que puede llegar a interferir en el desarrollo de su vida diaria (APA, 2013).

Interacción Social: Intercambio de conductas entre personas que se influyen mutuamente, tomando en cuenta el contexto en el que se manifiestan (Galindo, 2009).

Juicio Social: Proceso en el que las personas analizan, interpretan y sacan sus conclusiones sobre los temas a partir de la información social que reciben (Baron y Byrne 2005).

Refuerzo Vicario: Proceso mediante el cual un individuo observa a otra persona recibir una recompensa o castigo por una conducta, esta experiencia influye en la probabilidad de que el observador repita o evite dicha conducta (Bandura, 1977).

Resolución de conflictos: Conjunto de procesos encaminados a poner fin a un conflicto de manera pacífica, abordando sus causas y fomentando el entendimiento entre las partes (OMS, 2004).

IV. METODOLOGÍA

Esta investigación adopta un enfoque cuantitativo, ya que busca medir, analizar y establecer relación entre variables. Mediante la recolección de datos y el uso de estadística inferencial. Como señala Hernández et al. (2014) este enfoque utiliza la recopilación de datos para darle validez a la hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico.

4.1. Tipo y nivel de Investigación

La presente investigación es de tipo Básica, ya que busca generar con referentes teóricos ampliar el conocimiento sobre la relación entre dos variables psicológicas: Habilidades Sociales y Ansiedad Social. El estudio es de nivel correlacional, ya que describe la relaciones entre dos o más variables en un mismo grupo de personas, y analiza hasta qué punto dichas variables varían juntas Hernández et al. (2014). Asimismo, señalan que este nivel evalúa el grado de asociación entre variables mediante procesos estadísticos, no involucra manipulación de variables.

4.2. Diseño de la Investigación

El diseño utilizado es no experimental, específicamente correlacional. De acuerdo con Kerlinger y Lee (2002) “en los estudios no experimentales, los investigadores no tienen control directo sobre las variables independientes. En cambio, observan los fenómenos tal cual como ocurren naturalmente” (p. 512). El estudio es de corte transversal ya que obtiene los datos en un solo instante, sin repetición temporal. Su intención es describir variables y evaluar su influencia y asociación (Hernández et al., 2014).

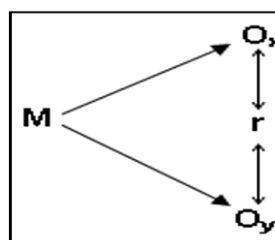
Donde:

M: Muestra

Ox: Ansiedad Social

Oy: Habilidades Sociales

r: Relación



4.3. Hipótesis general y específicas

Hipótesis General:

Existe relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Hipótesis Específicas:

Existe relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025

Existe relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025

Existe relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

4.4. Identificación de las variables

Variable 1: Ansiedad Social

Definición Conceptual:

Según Olivares (2009) se entiende por ansiedad social el miedo intenso y prolongado a ciertas situaciones sociales donde la persona teme actuar de forma que se exponga a ser observada por los demás y experimenta el temor de hacer algo que genere humillación o vergüenza.

Dimensiones:

D1: Miedo a la evaluación negativa

D2: Inhibición y malestar ante la interacción Social

D3: Malestar significativo en contextos nuevos

Definición Operacional:

En esta investigación, la ansiedad social será evaluada a través de la Escala de Detección de Ansiedad Social (EDAS), José Olivares Rodríguez y colaboradores (2001) Y adaptado por Irma Valencia Lizárraga (2015), instrumento validado para detectar niveles de ansiedad social en población adolescente, se presenta en escala tipo Likert de nunca a siempre, con un rango de puntuación: a mayor puntaje indica, mayor ansiedad social.

Variable 2: Habilidades Sociales

Definición Conceptual:

Las Habilidades Sociales conforman una serie de competencias necesarias para tener relaciones interpersonales positivas, y son de gran importancia para una adaptación social y emocional de la persona (Goldstein, A 2006).

Dimensiones Variable:

D1: Habilidades Sociales Básicas

D2: Habilidades Sociales avanzadas

D3: Habilidades relacionadas con los sentimientos

D4: Habilidades alternativas

D5: Habilidades para hacer frente al estrés

D6: Habilidades de planificación

Definición Operacional:

En este estudio, las Habilidades Sociales se evaluaron mediante el Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein, adaptado por Santos 2003, Este instrumento permite identificar el nivel de desarrollo de las habilidades Sociales, en diferentes dimensiones: expresión de emociones, manejo de interacción social, asertividad y solución de conflictos, es una escala tipo Likert, de un rango de puntuación de baja a alta Habilidad Social.

4.5 Matriz de operacionalización

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES	BAREMOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Habilidades Sociales	Habilidades sociales básicas	Saludar, presentarse, escuchar, iniciar una conversación	1,2,3,4,5,6,7y 8	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre	Bajo (50-116) Medio (117-183) Alto (184 -250)	Ordinal
	Habilidades Sociales avanzadas	Pedir ayuda, participar, disculparse, colaborar	9,10,11,12,13y 14			
	Habilidades relacionadas con los sentimientos	Expresar emociones, reconocer sentimientos propios, empatía	15,16,17,18,19,20, y 21			
	Habilidades alternativas	Negociar, autocontrol, defender derechos,	22,23,24,25,26,27, 28, y30			

Habilidades para hacer frente al estrés	Tener tolerancia al fracaso responder a quejas, defender a otros	31,32,33,34,35,36, 37,38,39,40,41y 42			
Habilidades de planificación	Iniciativa, toma de decisiones, establecer objetivos.	43,44,45,46,47,48, 49, y 50			

VARIABLE DE ESTUDIO	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES	BAREMOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Ansiedad Social	Miedo a la evaluación negativa	Miedo al juicio de los demás Sensación de vergüenza Preocupación por la imagen social	1,2,3,4,5	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre	Bajo (16-37) Moderado (38-58) Alto (59-80)	Ordinal
	Inhibición social	Dificultad para hablar en público Evitación de contacto social Tensión en interacciones sociales	6,7,8,9,10			
	Malestar ante situaciones sociales	Malestar físico (palpitaciones, sudor) Deseo de escapar y sentimiento de incomodidad.	11,12,13,14,15,16			

4.6. Población – Muestra

Población:

Según Hernández et al. (2014), la población es “el conjunto de todos los casos de concuerdan con determinadas especificaciones” (p. 174). Para esto se contó con la participación de 124 adolescentes entre 13 y 17 años del nivel secundario de una institución educativa privada.

Muestra:

“En la muestra de tipo censal se hace uso en poblaciones de un universo limitado en sus unidades, es decir, por lo que se debe tomar a todas las unidades para formar parte de la investigación.” (Bernal, 2010, p. 178)

Tabla 1.

Distribución de la población

Características de la muestra		
Grado		
	N	%
2do de Secundaria	30	24.20%
3ro de Secundaria	36	29.00%
4to de Secundaria	30	24.20%
5to de Secundaria	28	22.60%
Total	124	100.00%

Consideraciones Éticas

La ética en una investigación, representa un pilar importante para garantizar el bienestar y derecho de los participantes. Según Beauchamp y Childress (1979) proponen un conjunto de principios esenciales, estos principios orientan al investigador en la toma de decisiones éticas a lo largo del proceso de investigación, asegurando una práctica responsable.

Autonomía: Se refiere al respeto por la capacidad de cada persona para decidir de forma libre e informada, obteniendo el consentimiento

voluntario. En este caso, al ser menores de edad, se requerirá el consentimiento informado de padre o tutores legales que deban autorizar la participación de sus hijos.

Justicia: Este, está relacionado con la equidad, en la asignación de beneficios y cargas de la investigación. Implica tratar a todos los participantes equitativamente, sin discriminación, garantizando la protección de los participantes.

Beneficencia: Este busca el mayor beneficio posible para los participantes, promoviendo su bienestar y buscando obtener efectos positivos derivados del estudio, se debe promover el bienestar emocional, cognitivo y social de quienes participan.

No maleficencia: Este principio está vinculado a la beneficencia, exige que el investigador tome precauciones necesarias para prevenir cualquier daño de importancia, sea físico, emocional o social, evaluando posibles consecuencias, proteger la confidencialidad de los datos y tener lineamientos de actuación en caso de incidentes adversos.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información

Encuesta: Esta técnica fue empleada para la recolección de datos, la cual, según Hernández, et al., (2014) permite “obtener información cuantitativa directamente de las personas mediante preguntas estandarizadas” (p. 202). Esta técnica se aplicó de manera grupal y presencial, en coordinación con docentes y tutores del colegio.

Los instrumentos considerados, fueron el Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein y La Escala de Ansiedad Social para adolescentes (EDAS)

Instrumento de la variable Habilidades Sociales

Ficha Técnica

Nombre del Instrumento:	Cuestionario de Habilidades Sociales de Goldstein
Autor Original:	Arnold P. Goldstein (1978)
Adaptación Peruana:	Luis Alberto Santos Paucar
Tipo de Instrumento:	Cuestionario de autor reporte
Objetivo:	Evaluar el nivel de habilidades sociales en adolescentes.
Población objetivo:	Adolescentes entre 12 y 18 años
Contexto de aplicación:	Escolar, clínico y de investigación
Nro. de Ítems:	50
Formato de Respuesta:	Escala tipo Likert de 5 puntos: 1= Nunca, 2 = Casi nunca, 3= A veces, 4= Casi siempre, 5= Siempre.
Dimensiones Evaluadas:	<ul style="list-style-type: none">- Habilidades Sociales Básicas- Habilidades Sociales avanzadas- Habilidades relacionadas con los sentimientos- Habilidades alternativas- Habilidades para hacer frente al estrés- Habilidades de planificación
Tiempo de Aplicación:	15 a 20 minutos
Puntaje máximo- mínimo:	50-250 puntos
Interpretación de puntajes:	Bajo (50-116), Medio (117-183), Alto (184- 250)
Validez:	Validación de contenido por juicio de expertos.
Confiabilidad:	Alfa de Cronbach general > 0.98
Modo de aplicación:	Individual, grupal

Idioma: Español
Autor de la Adaptación Santos Paucar Luis Alberto (2003)

Instrumento de la variable ansiedad Social

Ficha Técnica

Nombre del Instrumento: Escala de Ansiedad Social para Adolescentes (EDAS)
Autor Original: José Olivares Rodríguez (2001)
Adaptación Peruana: Irma Valencia Lizárraga
Tipo de Instrumento: Cuestionario de autor reporte
Objetivo: Evaluar el nivel de ansiedad social en adolescentes
Población objetivo: Adolescentes entre 12 y 18 años
Contexto de aplicación: Contexto escolar, clínico y de investigación
Nro. de Ítems: 16 ítems
Formato de Respuesta: Tipo Likert de 5 puntos:
1= Nunca 2= Casi nunca 3= A veces, 4=Casi siempre
5 =Siempre
Dimensiones Evaluadas: -Miedo a la evaluación negativa
-Inhibición social
-Malestar ante situaciones sociales
Tiempo de Aplicación: 15 – 20 minutos
Puntaje máximo- mínimo: Mínimo 21 puntos Máximo; 105 puntos
Interpretación de puntajes: Bajo (16-37)
Moderado (38-58)
Alto (59-80)
Código ISSN: 1728-2977

Validez:	Validez de contenido y estructura confirmada por análisis factorial
Confiabilidad:	Alfa de Conbrach >0.932
Modo de aplicación:	Individual o grupal

Tabla 2.

Análisis de validez del instrumento.

EXPERTO	RESULTADO
Dr. José Carlos Aparcana Hernandez	Aplicable
Dr. Walter Portocarrero Salas	Aplicable
Dr. Tito Orlando Chunga Diaz	Aplicable

4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos

El análisis y procesamiento de datos de los datos recolectados se realizó utilizando técnicas estadísticas descriptivas e inferenciales, con ayuda del software estadístico SPSS (Versión XX), este permitió interpretar adecuadamente la relación de variables.

Análisis estadístico descriptivo: Su objetivo es resumir y describir las características principales de los datos recopilados de cada variable, empleando frecuencias absolutas y relativas, para describir la distribución de respuestas.

Análisis estadístico inferencial: Este análisis permite determinar la existencia y fuerza de la relación entre las variables de estudio. Según Levin y Rubin (2004), permite realizar predicciones y generalizaciones sobre una población completa a partir de una muestra, con un grado conocido de confianza y error. En el presente estudio, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para evaluar la normalidad de los datos; dado que no se cumplió con dicho supuesto, se utilizó una prueba no paramétrica, específicamente la prueba de Chi cuadrado, la cual es adecuada cuando se trabaja con variables cualitativas o categóricas. Además, se emplearon

tablas cruzadas para describir y analizar las variaciones entre las categorías de las variables, lo que facilitó una comprensión más precisa de los resultados y permitió identificar asociaciones significativas entre las distintas categorías evaluadas.

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados – descriptivos

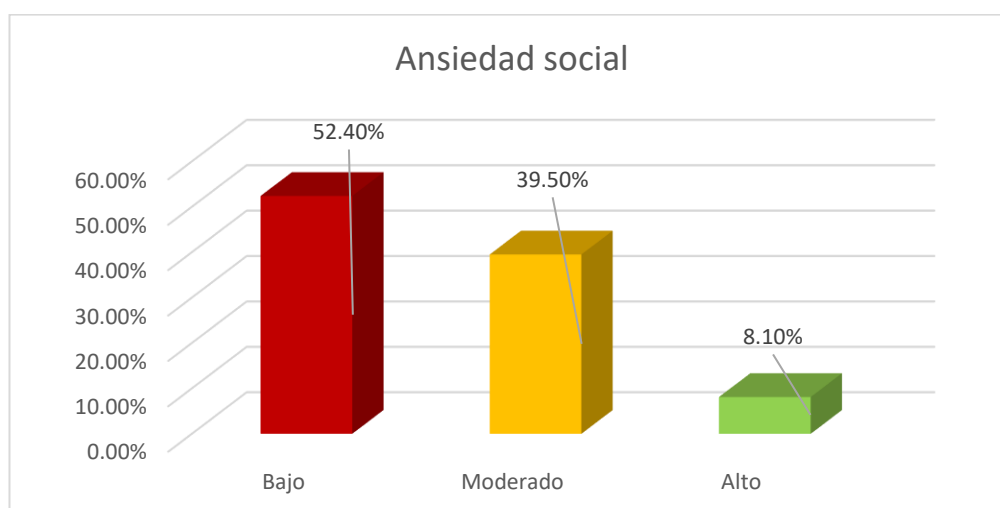
Tabla 3.

Análisis descriptivo de la variable ansiedad social

Ansiedad social		
Niveles	F	%
Bajo	65	52.40%
Moderado	49	39.50%
Alto	10	8.10%
Total	124	100.00%

Figura 1.

Nivel de ansiedad social



En la tabla 3 - figura 1 Respecto a la ansiedad social, la mayoría porcentual presento un nivel bajo con un 52.40% (65), seguido de un nivel moderado con un 39.50% (49)y un nivel alto de 8.10%. (10).

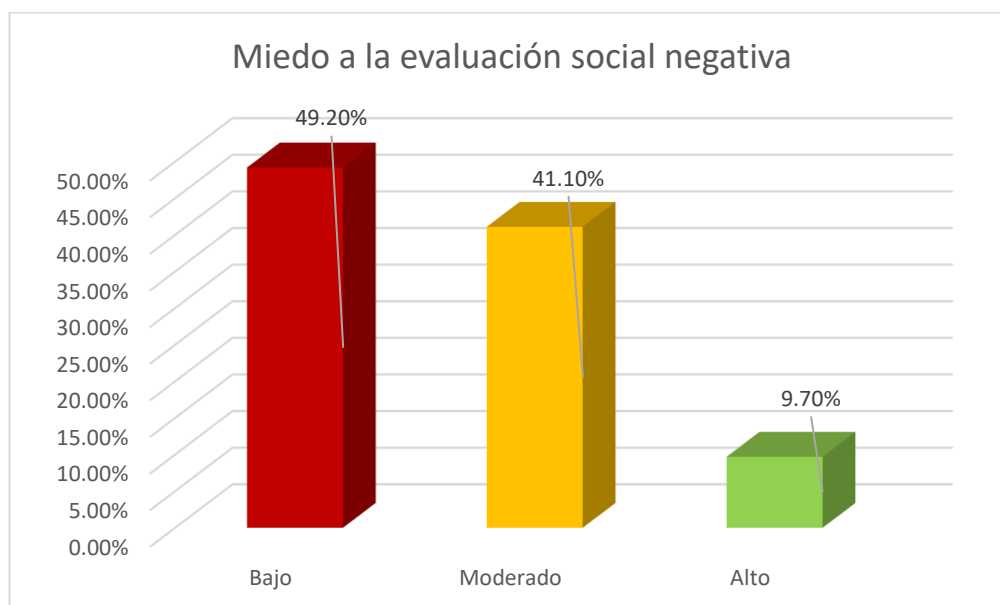
Tabla 4.

Análisis descriptivo de la dimensión miedo a la evaluación social negativa

Miedo a la evaluación social negativa		
Niveles	F	%
Bajo	61	49.20%
Moderado	51	41.10%
Alto	12	9.70%
Total	124	100.00%

Figura 2.

Nivel de miedo a la evaluación social negativa



En la tabla 4 - figura 2 Respecto al miedo a la evaluación social negativa, la mayoría porcentual presento un nivel bajo con un 49.20% (61), seguido de un nivel moderado con un 41.10% (51) y un nivel alto de 9.70% (12).

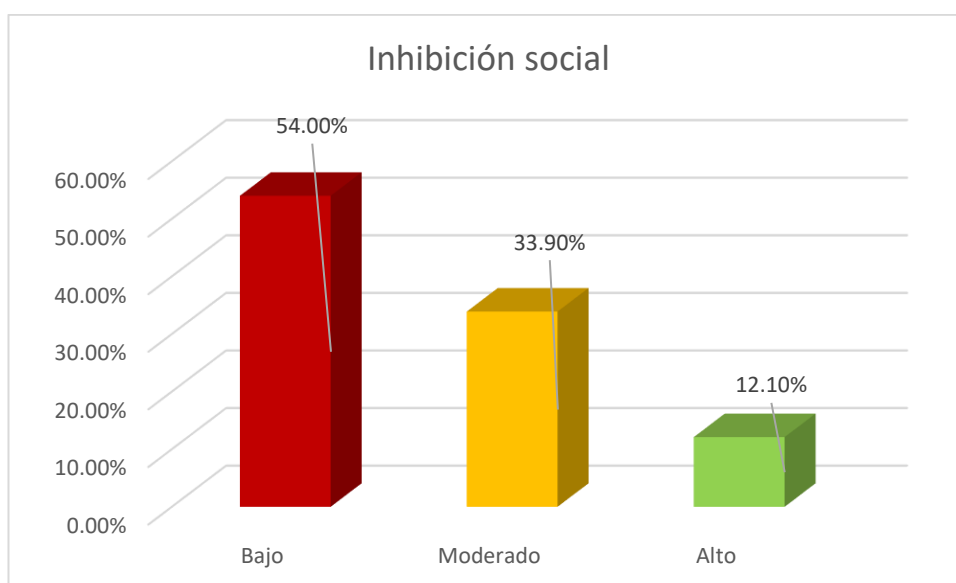
Tabla 5.

Análisis descriptivo de la dimensión Inhibición social

Inhibición social		
Niveles	F	%
Bajo	67	54.00%
Moderado	42	33.90%
Alto	15	12.10%
Total	124	100.00%

Figura 3.

Nivel de Inhibición social



En la tabla 5 - figura 3 Respecto a la inhibición social, la mayoría porcentual presento un nivel bajo con un 54.00% (67), seguido de un nivel moderado con un 33.90% (42) y un nivel alto de 12.10% (15).

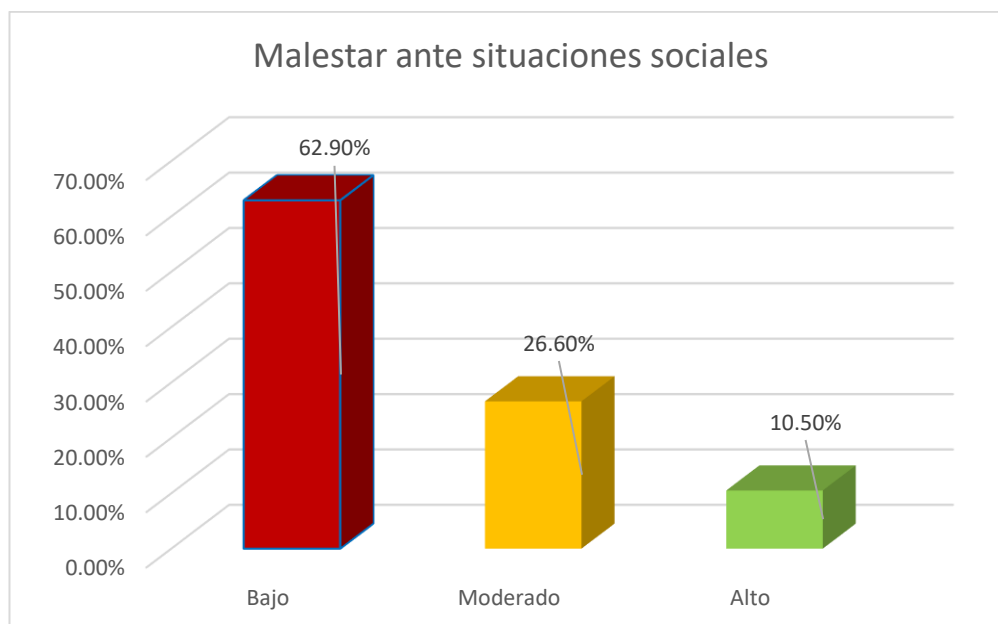
Tabla 6.

Análisis descriptivo de la dimensión malestar ante situaciones sociales

Malestar ante situaciones sociales		
Niveles	F	%
Bajo	78	62.90%
Moderado	33	26.60%
Alto	13	10.50%
Total	124	100.00%

Figura 4.

Nivel de malestar ante situaciones sociales



En la tabla 6 - figura 4 Respecto al malestar ante las situaciones sociales, la mayoría porcentual presento un nivel bajo con un 62.90% (78), seguido de un nivel moderado con un 26.60% (33) y un nivel alto de 10.50% (13).

Resultados descriptivos de la variable Habilidades Sociales

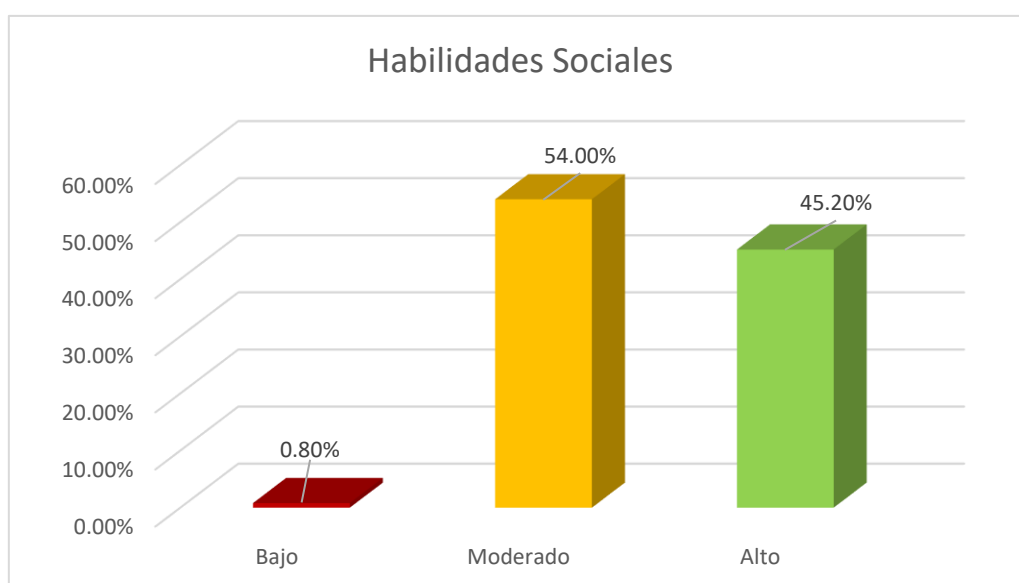
Tabla 7.

Análisis descriptivo de la variable habilidades sociales

Habilidades Sociales		
Niveles	F	%
Bajo	1	0.80%
Moderado	67	54.00%
Alto	56	45.20%
Total	124	100.00%

Figura 5.

Nivel de Habilidades sociales



En la tabla 7 - figura 5 Respecto a las habilidades sociales en general, la mayoría porcentual presento un nivel moderado con un 54% (67), seguido de un nivel alto con un 45.20% (56)y un nivel bajo de 0.80% (1).

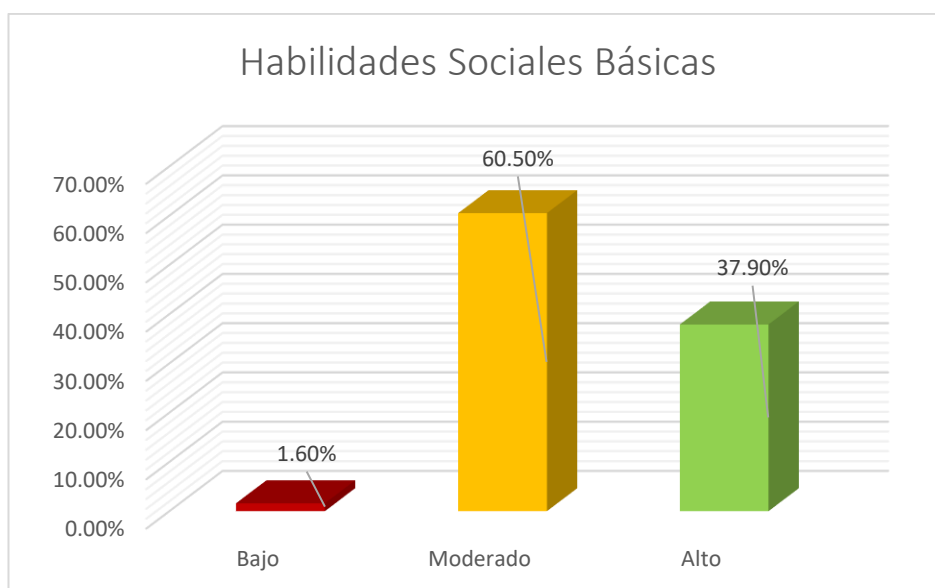
Tabla 8.

Análisis descriptivo de habilidades sociales básicas

Habilidades Sociales Básicas		
Niveles	F	%
Bajo	2	1.60%
Moderado	75	60.50%
Alto	47	37.90%
Total	124	100.00%

Figura 6.

Nivel de Habilidades sociales básicas



En la tabla 8 - figura 6 Respecto a las habilidades sociales básicas, la mayoría porcentual presento un nivel moderado con un 60.50% (75), seguido de un nivel alto con 37.90% (47) y un nivel bajo de 1.60% (2).

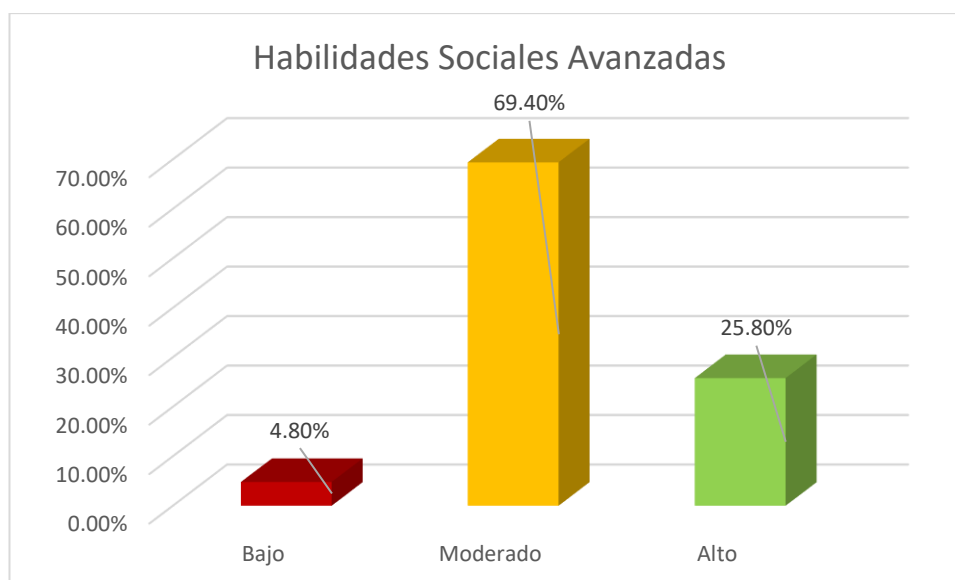
Tabla 9.

Análisis descriptivo de habilidades sociales avanzadas

Habilidades Sociales Avanzadas		
Niveles	F	%
Bajo	6	4.80%
Moderado	86	69.40%
Alto	32	25.80%
Total	124	100.00%

Figura 7.

Nivel de Habilidades sociales avanzadas



En la tabla 9 - figura 7 Respecto a las habilidades sociales avanzadas, la mayoría porcentual presento un nivel moderado con un 69.40% (86), seguido de un nivel alto con un 25.80% (32)y un nivel bajo de 4.80% (6).

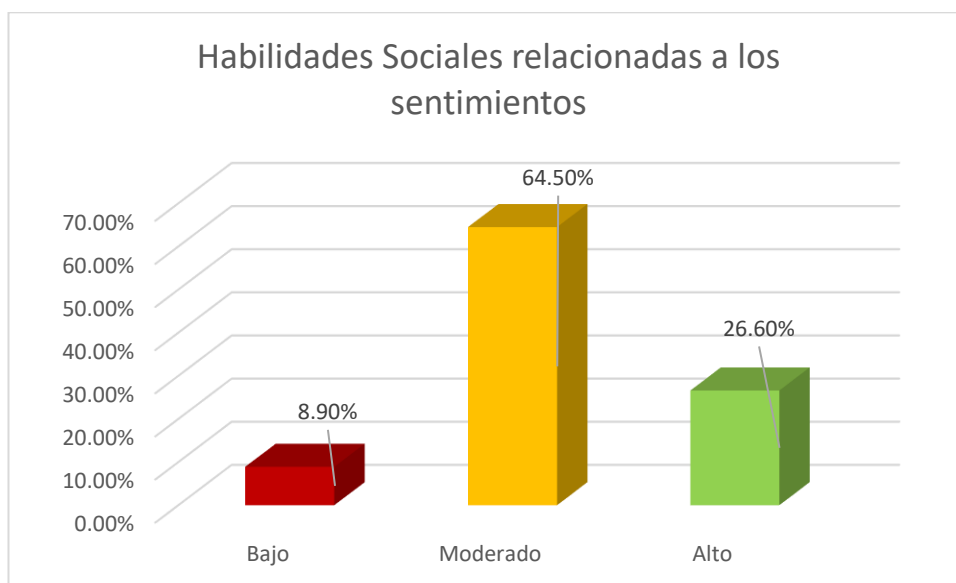
Tabla 10.

Análisis descriptivo de habilidades sociales relacionadas a los sentimientos

Habilidades Sociales relacionadas a los sentimientos		
Niveles	F	%
Bajo	11	8.90%
Moderado	80	64.50%
Alto	33	26.60%
Total	124	100.00%

Figura 8.

Nivel de Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos



En la tabla 10 - figura 8 Respecto a las habilidades sociales relacionadas a los sentimientos, la mayoría porcentual presentó un nivel moderado con un 64.50% (80), seguido de un nivel alto con un 26.60% (33) y un nivel bajo de 8.90% (11).

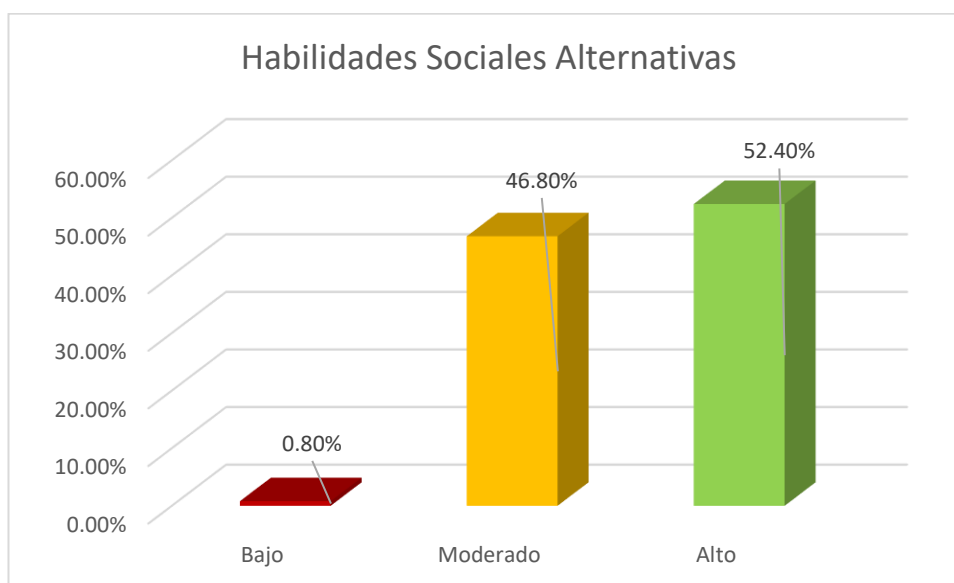
Tabla 11.

Análisis descriptivo de habilidades sociales alternativas

Habilidades Sociales Alternativas		
Niveles	F	%
Bajo	1	0.80%
Moderado	58	46.80%
Alto	65	52.40%
Total	124	100.00%

Figura 9.

Nivel de Habilidades sociales alternativas



En la tabla 11 - figura 9 Respecto a las habilidades sociales alternativas, la mayoría porcentual presentó un nivel alto con un 52.40% (65), seguido de un nivel moderado con un 46.80% (58) y un nivel bajo de 0.80% (1).

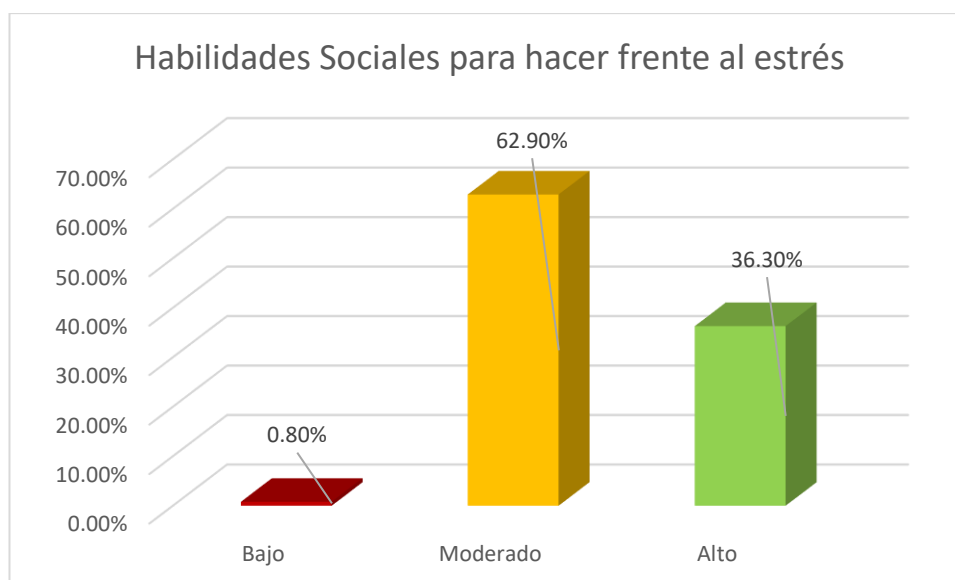
Tabla 12.

Análisis descriptivo de habilidades sociales para hacer frente al estrés

Habilidades Sociales para hacer frente al estrés		
Niveles	F	%
Bajo	1	0.80%
Moderado	78	62.90%
Alto	45	36.30%
Total	124	100.00%

Figura 10.

Nivel de Habilidades sociales para hacer frente al estrés



En la tabla 12 - figura 10 Respecto a las habilidades sociales para hacer frente al estrés, la mayoría porcentual presento un nivel moderado con un 62.90% (78), seguido de un nivel alto con un 36.30%(45) y un nivel bajo de 0.80% (1).

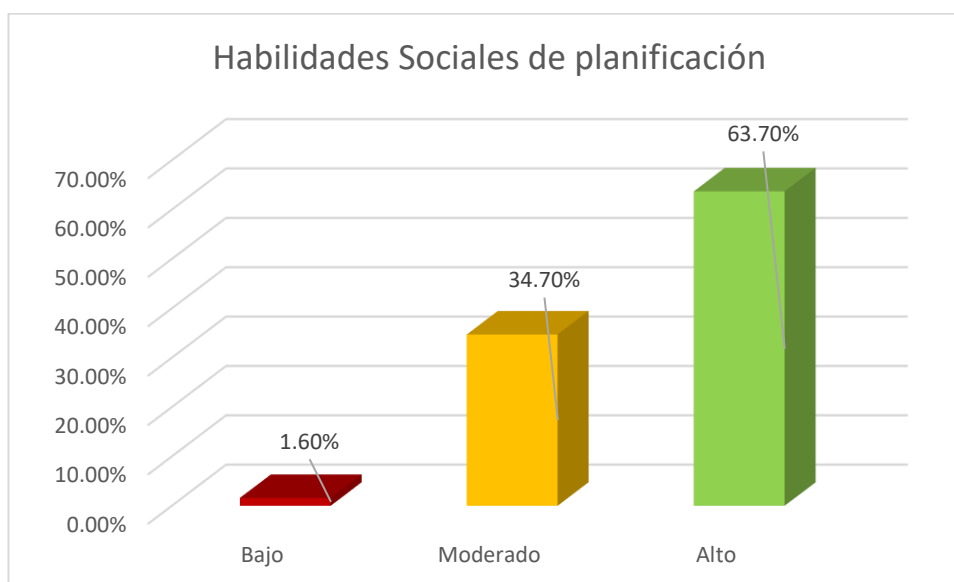
Tabla 13.

Análisis descriptivo de habilidades sociales de planificación

Habilidades Sociales de planificación		
Niveles	F	%
Bajo	2	1.60%
Moderado	43	34.70%
Alto	79	63.70%
Total	124	100.00%

Figura 11.

Nivel de Habilidades sociales de planificación



En la tabla 13 - figura 11 Respecto a las habilidades sociales de planificación, la mayoría porcentual presento un nivel alto con un 63.70% (79), seguido de un nivel moderado con un 34,70% (43) y un nivel bajo de 1.60% (2).

5.2 Presentación de resultados – tablas cruzadas

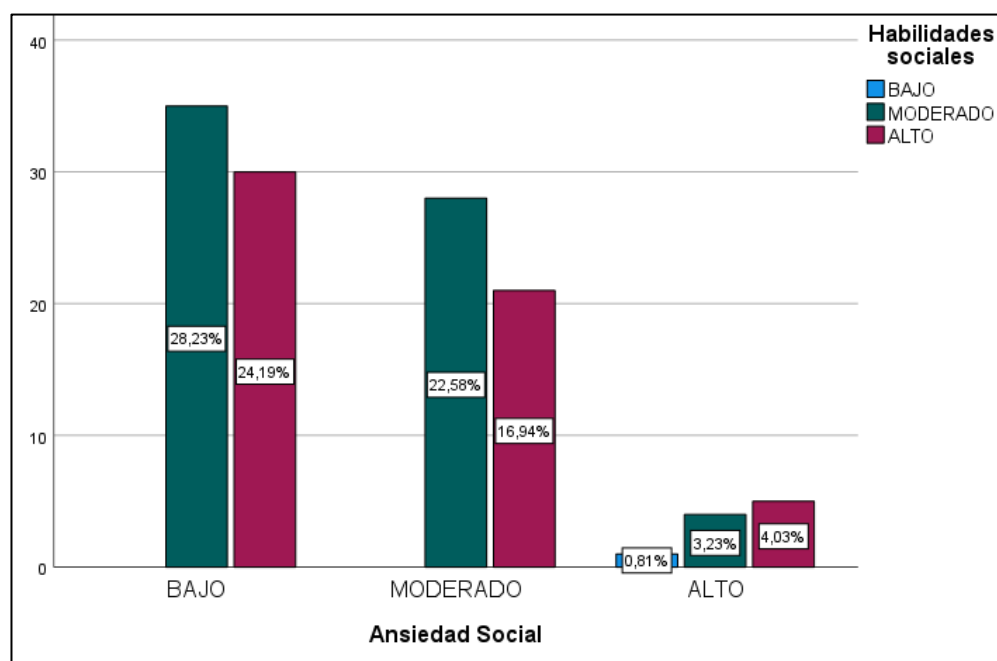
Tabla 14.

Tabla cruzada de ansiedad social y habilidades sociales

		Habilidades sociales			Total	
		Bajo	Moderado	Alto		
Ansiedad Social	Bajo	N	0	35	30	65
		%	0.0%	28.23%	24.19%	52.33%
	Moderado	N	0	28	21	49
		%	0.0%	22.58%	16.94%	39.52%
	Alto	N	1	4	5	10
		%	0.81%	3.23%	4.03%	8.07%
		N	1	67	56	124
		%	0.81%	54.04%	45.16%	100%

Figura 12.

Tabla cruzada de ansiedad social y habilidades sociales



En la tabla cruzada 14 - figura 12 se puede apreciar de acuerdo a la mayoría porcentual que los estudiantes que presentan ansiedad social baja presentan en su mayoría habilidades sociales moderadas en un 28.23%, los estudiantes que presentan una ansiedad social moderada presentan habilidades sociales moderadas en un 22.58% y los estudiantes que

presentan una ansiedad social alta presentan habilidades sociales altas en un 4.03%.

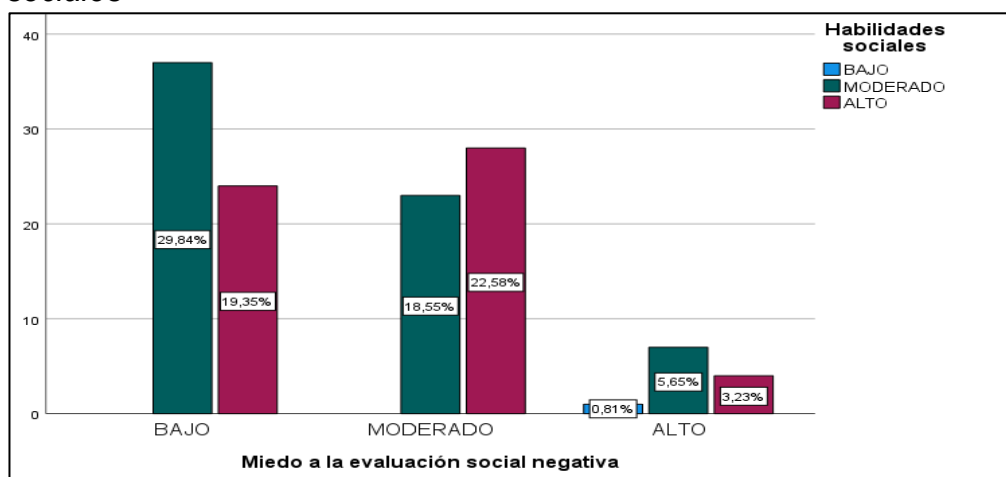
Tabla 15.

Tabla cruzada de miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales

		Habilidades sociales				
		Bajo	Moderado	Alto	Total	
Miedo a la evaluación social negativo	Bajo	N	0	37	24	61
		%	0.0%	29.84%	19.35%	49.19%
	Moderado	N	0	23	28	51
		%	0.0%	18.55%	22.58%	41.13%
	Alto	N	1	7	4	12
		%	0.81%	5.65%	3.23%	9.69%
		N	1	67	56	124
		%	0.81%	54.04%	45.16%	100%

Figura 13.

Tabla cruzada de miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales



En la tabla cruzada 15 - figura 13, se puede apreciar de acuerdo a la mayoría porcentual que los estudiantes que presentan miedo a la evaluación social negativa baja presentan en su mayoría habilidades sociales moderadas en un 29.84%, los estudiantes que presentan miedo a la evaluación social negativa moderada presentan habilidades sociales altas en un 22.58% y los estudiantes que presentan miedo a la evaluación

social negativa alta presentan habilidades sociales moderadas en un 5.65%.

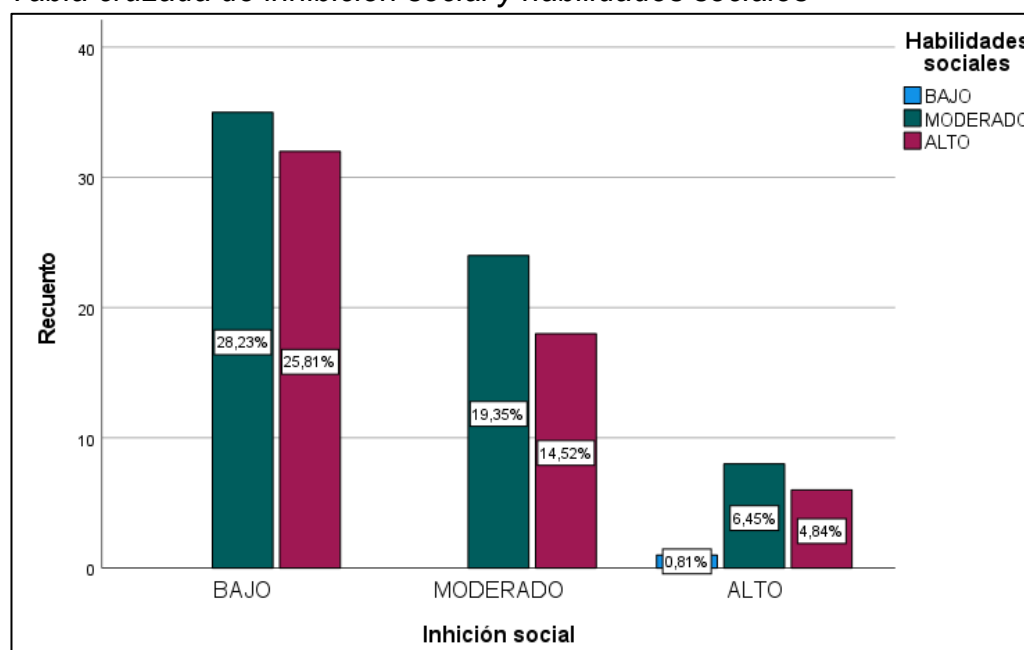
Tabla 16.

Tabla cruzada de inhibición social y habilidades sociales

		Habilidades sociales				Total
		Bajo	Moderado	Alto		
Inhibición social	Bajo	N	0	35	32	67
		%	0.0%	28.23%	25.81%	54.04%
	Moderado	N	0	24	18	42
		%	0.0%	19.35%	14.52%	33.87%
	Alto	N	1	8	6	15
		%	0.81%	6.45%	4.84%	12.10%
		N	1	67	56	124
		%	0.81%	54.03%	45.17%	100%

Figura 14.

Tabla cruzada de inhibición social y habilidades sociales



En la tabla cruzada 16 - figura 14, se puede apreciar de acuerdo a la mayoría porcentual que los estudiantes que presentan inhibición social baja presentan en su mayoría habilidades sociales moderadas en un 28.23%, los estudiantes que presentan una inhibición social moderada presentan habilidades sociales moderadas en un 19.35% y los estudiantes que

presentan una inhibición social alta presentan habilidades sociales moderadas en un 6.45%.

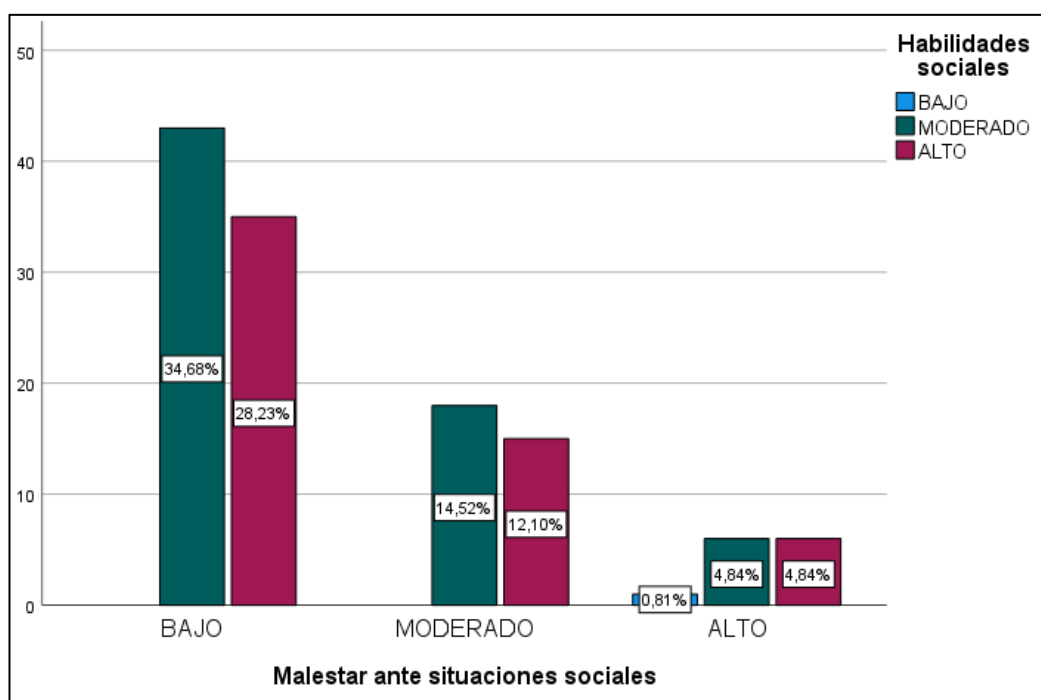
Tabla 17.

Tabla cruzada de malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales

		Habilidades sociales				Total
		Bajo	Moderado	Alto		
Malestar ante situaciones sociales	Bajo	N	0	43	35	78
		%	0.0%	34.68%	28.23%	62.91%
	Moderado	N	0	18	15	33
		%	0.0%	14.52%	12.10%	26.62%
	Alto	N	1	6	6	13
		%	0.81%	4.84%	4.84%	10.5 %
		N	1	67	56	124
		%	0.81%	54.04%	45.17%	100%

Figura 15.

Tabla cruzada de malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales



En la tabla cruzada 17 -figura 15, se puede apreciar de acuerdo a la mayoría porcentual que los estudiantes que presentan malestar ante situaciones sociales de nivel bajo presentan en su mayoría habilidades sociales moderadas en un 34.68%, los estudiantes que presentan malestar ante situaciones sociales de nivel moderado presentan habilidades sociales moderadas en un 14.52% y los estudiantes que presentan malestar ante situaciones sociales de nivel alto presentan habilidades sociales moderadas y altas en un 4.84% cada una.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis resultados – Prueba de Hipótesis

Tabla 18.

Prueba de normalidad entre habilidades sociales y ansiedad social

	Kolmogorov- Smirnov ^a		
	Estadístico	Gl	Sig.
Habilidades sociales	.049	124	.200
Habilidades sociales básicas	.077	124	.067
Habilidades sociales avanzadas	.069	124	.200
Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos	.082	124	.039
Habilidades sociales alternativas	.060	124	.200
Habilidades sociales para hacer frente al estrés	.063	124	.200
Habilidades sociales de planificación	.123	124	.000
Ansiedad social	.097	124	.006
Miedo a la evaluación social negativa	.112	124	.000
Inhibición social	.138	124	.000
Malestar ante situaciones sociales	.135	124	.000

a Corrección de significación de Lilliefors

De acuerdo a la tabla 18, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov debido a que los participantes fueron más de 50 personas, es así que, al analizar la significancia de los datos, se observa que la variable de habilidades sociales y sus dimensiones de: habilidades sociales básicas, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales alternativas y las habilidades para hacer frente al estrés presentaron valores de significancia mayores a .05, es decir, presentan una distribución normal. Por otro lado, la dimensión de habilidades sociales relacionadas a los sentimientos, la variable de ansiedad social y sus dimensiones de miedo a la evaluación social negativa, la inhibición social y miedo a la evaluación social negativa presentaron valores de significancia alineados a una distribución no normal. De acuerdo a estos resultados se eligió para la correlación de los constructos un estadístico no paramétrico como chi cuadrado.

Prueba de hipótesis general

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Hipótesis alterna (Hi): Existe relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Tabla 19.

Correlación entre ansiedad social y habilidades sociales

Chi cuadrado		Habilidades sociales
	Coef. Correlación	11.976
Ansiedad social	Sig. (bilateral)	0.018
	N	124

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En la tabla 19, se observa que entre las variables existe una significancia de .018 ($p < .05$), por lo que, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir, existe relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025. Esto se expone que la ansiedad social presenta una covarianza con las habilidades sociales en forma estadísticamente significativa.

Prueba de hipótesis específica 1

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Hipótesis alterna (Hi): Existe relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Tabla 20.

Correlación entre el miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales

		Chi cuadrado
		Habilidades sociales
Miedo a la evaluación social negativa	Coef. Correlación	12.523
	Sig.(bilateral)	.014
	N	124

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En la tabla 20, se observa que entre las variables existe una significancia de .014 ($p < .05$), por lo que, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir, existe relación entre miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025. Esto se expone que el miedo a la evaluación social negativa presenta una covarianza con las habilidades sociales en forma estadísticamente significativa.

Prueba de hipótesis específica 2

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.

Hipótesis alterna (Hi): Existe relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.

Tabla 21.

Correlación entre inhibición social y habilidades sociales

		Chi cuadrado	
		Habilidades sociales	
		Coef. Correlación	7.621
Inhibición social		Sig.(bilateral)	.106
		N	124

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En la tabla 21, se observa que entre las variables existe una significancia de .106 ($p > .05$), por lo que, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, es decir, no existe relación entre miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025. Esto se expone en función a que la inhibición social no presenta una covarianza con las habilidades sociales en forma significativa.

Prueba de hipótesis específica 3

Hipótesis nula (Ho): No existe relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Hipótesis alterna (Hi): Existe relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.

Tabla 22.

Correlación entre malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales

		Chi cuadrado
		Habilidades sociales
Malestar ante situaciones sociales	Coef. Correlación	8.712
	Sig.(bilateral)	.069
	N	124

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

En la tabla 22, se observa que entre las variables existe una significancia de .069 ($p > .05$), por lo que, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, es decir, no existe relación entre malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025. Esto se expone que el malestar ante situaciones sociales no presenta una covarianza con las habilidades sociales en forma significativa.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Análisis resultados

El presente capítulo se orienta a la discusión de los hallazgos obtenidos, el cual consistió en determinar la relación existente entre la ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes de 13 a 17 años pertenecientes a una institución educativa privada del distrito de Miraflores, Arequipa. Una fortaleza clave, fue el uso de instrumentos psicométricos validados y adaptados al contexto peruano, así como la colaboración institucional y la disposición de los estudiantes, lo que aseguró la calidad de la información recolectada. No obstante, se presentaron limitaciones como cruces de horarios, presencia de practicantes externos y retrasos en la entrega de consentimientos, que, si bien fueron superadas, condicionaron el desarrollo del estudio.

Los resultados descriptivos evidencian que, respecto a la ansiedad social, la mayoría de adolescentes se ubica en un nivel bajo con un 52.40%, seguido de un 39.50% en nivel moderado y un 8.10% en nivel alto. Esto indica que, en general, los estudiantes presentan una adecuada adaptación social y no manifiestan síntomas significativos de ansiedad en situaciones de interacción. La prevalencia de niveles bajos se repite en las dimensiones específicas: el miedo a la evaluación social negativa alcanza un 49.20% en nivel bajo, mientras que la inhibición social y el malestar ante situaciones sociales presentan un 54.00% y un 62.90% respectivamente en nivel bajo. Desde una perspectiva psicológica, esto indica que la mayoría de los adolescentes logra desenvolverse en interacciones sociales sin presentar una preocupación excesiva por la crítica de los demás, lo que les permite evitar bloqueos emocionales o conductuales en su vida diaria.

En relación con las habilidades sociales en general, el mayor porcentaje se ubica en un nivel moderado con un 54.00%, seguido de un 45.20% en nivel alto y solo un 0.80% en nivel bajo. Los resultados indican que los adolescentes disponen de habilidades sociales funcionales, pero aún sujeto a consolidarse plenamente. Las habilidades sociales básicas se

concentran mayormente en un nivel moderado con un 60.50%, mientras que las habilidades sociales avanzadas presentan un 69.40% en nivel moderado. En el plano psicológico, este resultado muestra que los adolescentes están en un proceso de transición en el cual ya dominan competencias sociales esenciales, pero aún perfeccionan habilidades más sofisticadas como el asertividad y la resolución de problemas en contextos sociales.

En cuanto a las habilidades relacionadas con los sentimientos, un 64.50% se ubica en nivel moderado, lo que puede asociarse a los retos emocionales propios de la adolescencia, donde expresar y manejar adecuadamente emociones intensas constituye un proceso en construcción. Respecto a las habilidades sociales alternativas, destaca que el 52.40% se encuentra en nivel alto, mostrando que muchos adolescentes poseen recursos flexibles para afrontar situaciones sociales diversas.

De manera similar, en las habilidades para hacer frente al estrés, el 62.90% se ubica en nivel moderado, mientras que en las habilidades de planificación se observa un predominio claro de nivel alto con un 63.70%. Desde una perspectiva psicológica, estos hallazgos muestran que los adolescentes disponen no solo de un repertorio social básico apropiado, sino también de competencias clave en organización, anticipación y flexibilidad social, las cuales cumplen un rol preventivo ante la ansiedad social y contribuyen a una adecuada adaptación en la esfera académica y social.

Los hallazgos de la investigación mostraron que, respecto a la ansiedad social, la mayoría de los adolescentes presentó un nivel bajo (52.40%), seguido de un nivel moderado (39.50%) y un porcentaje reducido evidenció un nivel alto (8.10%). En cuanto a las habilidades sociales, predominó un nivel medio (53.20%), mientras que el 37.90% alcanzó un nivel alto y solo un 8.90% se ubicó en un nivel bajo. Estos resultados reflejan una tendencia hacia la presencia de habilidades sociales adecuadas y niveles moderados-bajos de ansiedad, lo cual constituye un factor protector en el proceso de adaptación escolar y relacional de los adolescentes.

En cuanto a la hipótesis general, se encontró una relación significativa entre ansiedad social y habilidades sociales ($p = .018$), lo que respalda la hipótesis alterna planteada. Este resultado coincide con lo señalado por Herrera y Albornoz (2022) en universitarios ecuatorianos y por Sánchez et al. (2019) en estudiantes de Medicina de la UNAM, quienes reportaron que un adecuado repertorio de habilidades sociales se asocia con menores niveles de ansiedad. Asimismo, investigaciones peruanas como la de Martínez y López (2021) en adolescentes limeños y Morales (2022) en Comas encontraron correlaciones negativas significativas, confirmando que la adquisición de habilidades sociales actúa como un factor protector frente a la ansiedad social.

Este resultado guarda coherencia con los fundamentos teóricos de la psicología del desarrollo y la psicología social, los cuales sostienen que las habilidades sociales comprenden un conjunto de conductas aprendidas que facilitan la interacción efectiva y la adaptación a distintos contextos interpersonales (Goldstein, 2005). En este sentido, contar con un repertorio adecuado de habilidades comunicativas y emocionales permite a la persona desenvolverse con mayor seguridad, reduciendo así la probabilidad de experimentar ansiedad frente a situaciones de exposición social.

De acuerdo con Spence y Rapee (1980), la ansiedad social se caracteriza por un miedo intenso a ser evaluado negativamente, lo que limita la expresión personal y la participación en entornos sociales. En este estudio, se observó que más de la mitad de los adolescentes (52.40%) evidenció niveles bajos de ansiedad social, mientras que las habilidades sociales se ubicaron mayoritariamente en un nivel moderado (54%) y alto (45.20%). Estos resultados sugieren que los adolescentes con mayores competencias sociales presentan una mejor regulación emocional y afrontamiento adaptativo, lo cual mitiga las respuestas de ansiedad en escenarios sociales.

Desde el enfoque cognitivo-conductual, y tomando como referencia el modelo de aprendizaje social de Bandura (1977), el desarrollo de las habilidades sociales se explica a partir de procesos de observación, imitación y refuerzo. Por tanto, los adolescentes que interactúan en

ambientes donde predominan relaciones positivas y de apoyo tienden a desarrollar comportamientos prosociales que disminuyen los niveles de ansiedad ante la evaluación de los demás. Esto refuerza la importancia del aprendizaje social en la formación de conductas adaptativas.

Por otro lado, Beck y Emery (1985) sostienen que la ansiedad surge de pensamientos distorsionados y creencias negativas sobre la propia competencia social. En esa línea, fortalecer habilidades como la empatía, el asertividad, y la autoconfianza permitiendo reestructurar cogniciones disfuncionales, promoviendo una percepción más equilibrada y menos amenazante de las interacciones sociales. En conjunto, los resultados obtenidos respaldan los fundamentos teóricos que vinculan la competencia social con la regulación emocional y la adaptación psicosocial durante la adolescencia, etapa clave en la consolidación de la identidad y las relaciones interpersonales

De manera específica, en la hipótesis 1 también se identificó una relación significativa entre miedo a la evaluación social negativa y habilidades sociales ($p = .014$), lo que sugiere que la percepción de ser juzgado por los demás impacta directamente en la interacción social de los adolescentes. Este hallazgo es consistente con la teoría de la ansiedad social propuesta por Clark y Wells (1995), que plantea que el temor a la evaluación negativa es un núcleo central en la inhibición de la conducta social.

Este resultado coincide con diversas investigaciones previas. Herrera y Albornoz (2022) y Sánchez et al. (2019) encontraron que el incremento de las habilidades sociales se asocia con menores niveles de ansiedad, mientras que Bonilla y Vizetue (2022) confirmaron una correlación inversa moderada entre ambas variables. De igual forma, Cañar (2024) evidenció que una autopercepción positiva reduce la ansiedad social, reforzando la importancia de los recursos personales en la adaptación social.

Por otro lado, estudios como los de Villar (2023) y Morales (2022) reportaron relaciones negativas significativas entre las variables, confirmando que el desarrollo de habilidades sociales contribuye a disminuir los niveles de ansiedad en adolescentes peruanos.

De manera global, los antecedentes revisados respaldan la evidencia empírica del presente estudio: el miedo a la evaluación social negativa influye directamente en la manifestación de la ansiedad social, mientras que las habilidades sociales actúan como un factor protector que facilita una interacción interpersonal más segura y funcional.

Por otro lado, en la hipótesis 2 respecto a la relación entre inhibición social y habilidades sociales, no se halló una asociación estadísticamente significativa ($p = .106$). Este resultado sugiere que, dentro de la muestra evaluada, los niveles de retraimiento o timidez no influyeron de manera directa en el desarrollo de las habilidades sociales. Esta ausencia de relación podría atribuirse al predominio de niveles bajos y moderados de ansiedad social observados en los adolescentes, lo que limitaría la expresión de conductas de evitación marcadas.

A diferencia de los hallazgos del presente estudio, Villar (2023) y Morales (2022) reportaron correlaciones negativas entre ambas variables, indicando que, a mayor inhibición, menor competencia social. Sin embargo, investigaciones como la de Zapata (2021) también evidenciaron una débil asociación, lo que respalda la posibilidad de que la relación entre inhibición social y habilidades sociales dependa del contexto y de las características individuales de los participantes.

En cuanto a la hipótesis 3, la relación entre malestar ante situaciones sociales y habilidades sociales, tampoco se encontró una correlación significativa ($p = .069$). Esto indica que el grado de incomodidad o tensión experimentado en contextos sociales no se tradujo necesariamente en un menor desempeño social dentro del grupo estudiado.

Estos resultados difieren de los obtenidos por Herrera y Albornoz (2022) y Bonilla y Vizetue (2022), quienes identificaron relaciones inversas entre ambas variables, señalando que un mayor malestar social tiende a disminuir las habilidades interpersonales. Sin embargo, al igual que en el presente estudio, Cañar (2024) evidenció correlaciones bajas, lo que sugiere que el malestar no siempre se manifiesta en conductas observables de déficit social, sino que puede mantenerse a nivel emocional o cognitivo.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

PRIMERA. En relación con la hipótesis general, se confirma que existe una relación estadísticamente significativa entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes de 13 a 17 años de una institución educativa privada del distrito de Miraflores, Arequipa ($p = .018$, $p < .05$). El hallazgo obtenido refuerza la idea de que el fortalecimiento de las habilidades sociales se relaciona con una disminución en los niveles de ansiedad social, lo cual coincide con los aportes teóricos y empíricos analizados.

SEGUNDA. Respecto a la primera hipótesis específica, se verificó que el miedo a la evaluación social negativa mantiene una relación significativa con las habilidades sociales ($p = .014$, $p < .05$). Esto indica que los adolescentes que temen ser evaluados de manera negativa por los demás tienden a presentar un desempeño social más limitado, en concordancia con la teoría cognitivo-conductual de la ansiedad social.

TERCERA. En cuanto a la segunda hipótesis específica, no se encontró relación significativa entre la inhibición social y las habilidades sociales ($p = .106$, $p > .05$). Este resultado sugiere que, en la muestra evaluada, los niveles de inhibición social no constituyen un factor determinante en el desarrollo de competencias interpersonales, posiblemente debido a la prevalencia de niveles bajos y moderados de ansiedad social.

CUARTA. Respecto a la tercera hipótesis específica, tampoco se halló relación significativa entre el malestar ante situaciones sociales y las habilidades sociales ($p = .069$, $p > .05$). Este resultado refleja que, si bien algunos adolescentes experimentan incomodidad en contextos sociales, dicha percepción no necesariamente interfiere en el uso o desarrollo de sus habilidades sociales.

Recomendaciones

PRIMERA. Se sugiere a los docentes y tutores diseñar e implementar programas integrales de intervención escolar que promuevan el desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes, considerando que estas actúan como factor protector frente a la ansiedad social y favorecen una mejor adaptación en el contexto educativo. Asimismo, se recomienda organizar talleres de integración escolar y ejercicios grupales para reforzar estas competencias y reducir los niveles de ansiedad social.

SEGUNDA. Los tutores y docentes pueden establecer programas psicoeducativos enfocados en disminuir el miedo a la evaluación social negativa, mediante estrategias de exposición gradual y fortalecimiento de la autoconfianza, contribuyendo así al desarrollo positivo de las habilidades sociales.

TERCERA. A través de la tutoría, implementar acciones de acompañamiento psicológico y consejería para los adolescentes que presenten conductas de inhibición social, aunque en el estudio no se halló relación significativa, este grupo requiere atención preventiva para evitar futuras dificultades en el ámbito interpersonal.

CUARTA. Brindar espacios seguros de interacción social donde se recomienda que la tutoría y pedagogos coordinen la creación de espacios dentro de la institución educativa que permitan a los adolescentes con mayor malestar en situaciones sociales desenvolverse de manera progresiva, favoreciendo la reducción de la percepción de amenaza y promoviendo una adaptación positiva en escenarios interpersonales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association APA. (2022). *DSM-5-TR: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.^a ed., revisión de texto). Editorial Médica Panamericana.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5.^a ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5.^a ed., texto revisado). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- American Psychological Association. (2023). *APA dictionary of psychology*. <https://dictionary.apa.org/social-skills>
- Amir, N., Foa, E. B., & Coles, M. E. (1998). Automatic activation and strategic avoidance of threat-relevant information in social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 107(2), 285–290. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.107.2.285>
- Ángeles Poma, Y. N., & Pérez Osorio, S. L. (2023). *Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes del primer año de la Escuela de Educación Superior Técnica Profesional de la Policía Nacional del Perú Huancayo – Junín 2022* (Tesis). Universidad Continental. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/13257>
- Arhuis-Inca, W., & Ipanaqué Zapata, M. (2023). *La relación entre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Chimbote, Perú*. *Revista Educare / revista electrónica Educare*. <https://doi.org/10.15359/ree.27-2.15848>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psicología social* (10.^a ed.). Pearson Educación.

- Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (1979). *Principles of biomedical ethics*. Oxford University Press.
https://archive.org/details/principlesofbiom0000beau_k8c1
- Beidel, D. C., Turner, S. M., & Morris, T. L. (2000). Behavioral treatment of childhood social phobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*(6), 1072–1080. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.6.1072>
- Bonilla, P., & Vizúete, J. (2022). *La ansiedad y su relación con las habilidades sociales en estudiantes universitarios* (no publicado). Repositorio UTA.
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/36768>
- Brozovich, F. A., & Heimberg, R. G. (2008). An analysis of post-event processing in social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review, 28*(8), 891–903. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.01.002>
- Bulnes, M., Álvarez, C., & Morales, C. (2018). Ansiedad social y regulación emocional en adolescentes de Lima Metropolitana con y sin presencia de síntomas somáticos. *Revista Unife, 14*(1), 51–56. <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2018.n14.1810>
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI de España Editores
- Caballo, V. E. (2005). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (reimpresión). Siglo XXI Editores.
- Caballo, V. E. (2005). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (p. 6). Recuperado de <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>
- Caballo, V. E., Olivares, J., López-Gollonet, C., Iruña, M. J., & Rosa, A. (2003). Una revisión de los instrumentos para la evaluación de la fobia social: Algunos datos empíricos. *Psicología Conductual, 11*(3), 539–562.
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Garrido, L., Iruña, M. J., & Hofmann, S. G. (2018). *Programa de intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS): Libro del terapeuta*. Editorial Pirámide.

- Cañar Taipe, L. C., & Sánchez Acosta, A. C. (2024). Autoconcepto y ansiedad social en adolescentes. *Polo del Conocimiento*, 9(6). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. <https://doi.org/10.23857/pc.v9i6.7351>
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. En R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69–93). The Guilford Press.
- Clemente Arias, Z. A. (2021). *Relación de estrés académico y ansiedad en estudiantes de licenciatura en enfermería* (Tesis de licenciatura). Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Repositorio BUAP. <https://repositorioinstitucional.buap.mx/items/ffde0da1-0e8b-4eff-b8ae-bddbc23f0c3d>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company. <https://archive.org/details/dli.ernet.19961>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Giddens, A. (2006). *Sociología* (5.ª ed.). Alianza Editorial.
- Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. (1980). *Skillstreaming the adolescent: A structured learning approach to teaching prosocial skills*. Research Press.
- Gómez-Restrepo, C., Bohórquez, A., Tamayo Martínez, N., Rondón, M., Bautista, N., Rengifo, H., & Medina Rico, M. (2016). Trastornos depresivos y de ansiedad y factores asociados en la población de adolescentes colombianos: IV Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 45(Suplemento 1), 50-57. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2016.09.009>
- Gonzales, M., & Paredes, L. (2021). Ansiedad social y autoestima en adolescentes de una institución educativa privada de Arequipa. *Revista Científica de Psicología Educativa del Sur*, 5(1), 27–35.
- González, J. A., Rincón, C., & Camacho, M. (2020). Relación entre habilidades sociales y ansiedad social en adolescentes

- escolarizados. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(2), 45–58.
<https://doi.org/10.15446/rcp.v29n2.84115>
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. (2014). *Social Skills Improvement System (SSIS)*. Pearson.
- Hernández Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.
- Herrera Puente, J. S., & Albornoz García, J. F. (2022). *Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad del Azuay* (Tesis de licenciatura). Universidad del Azuay.
- Hirsch, C. R., Clark, D. M., Mathews, A., & Williams, R. (2003). Self-images play a causal role in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 41(8), 909–921. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00121-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00121-3)
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, 36(4), 193–209. <https://doi.org/10.1080/16506070701421313>
- Homo Medicus. (2025, 27 de enero). Principios de bioética de Beauchamp y Childress. *Homo Medicus*. Recuperado de <https://homomedicus.com/principios-bioetica-beauchamp-childress/>
<https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Huacan Arcos, E. M. (2023). *Habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa* (Tesis). Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2123>
- Inderbitzen-Nolan, H. M., & Walters, K. S. (2000). *Social Anxiety Scale for Adolescents: normative data and further evidence of construct validity*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29(3), 360-371. https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP2903_7
- Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: a prevalence study in seven countries. *PLOS ONE*, 15(7), e0239133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>

- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento: Métodos de investigación en ciencias sociales* (4.ª ed.). McGraw-Hill.
- Knappe, S., Beesdo-Baum, K., & Wittchen, H. U. (2011). Social fear and social phobia types among community youth: Differential clinical features and vulnerability factors. *Journal of Psychiatric Research*, 45(8), 1115–1123. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2011.02.017>
- La Greca, A. M., & López, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(1), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Lázaro, R., & Córdova, M. (2018). *Adaptación y validación de la EDAS en escolares de secundaria* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
- Levin, R. I., & Rubin, D. S. (2004). *Estadística para administración y economía* (7.ª ed.). Pearson Educación.
- Linares Paz, D. M. A., & Valdivia Gil, S. D. (2022). *Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°40479 Miguel Grau Matarani, Arequipa 2021* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma de Ica. <https://hdl.handle.net/20.500.14441/1465>
- López-Rosales, F., & Moraleda, C. (2015). Ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes mexicanos: Un estudio correlacional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 35–43. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2015.04.002>
- Mentes Abiertas Psicología. (2023). *Teoría del aprendizaje social de Albert Bandura*. Recuperado de <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/teoria-del-aprendizaje-social-de-albert-bandura>
- Ministerio de Salud & UNICEF Perú. (2020). *La salud mental de niñas, niños y adolescentes en el contexto de la COVID-19*. <https://www.unicef.org/peru/media/10616/file/Salud%20menta%20en%20contexto%20COVID19.pdf>
- Ministerio de Salud. (2020). *Estudio epidemiológico de salud mental en niños y adolescentes en Lima Metropolitana en el contexto de la*

- COVID-19 (2020). Instituto Nacional de Salud Mental. <https://www.gob.pe/institucion/inism/informes-publicaciones/3510277-estudio-epidemiologico-de-salud-mental-en-ninos-y-adolescentes-en-lima-metropolitana-en-el-contexto-de-la-covid-19-2020>
- Morales Isla, A. M. (2022). *Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa en el distrito de Comas, 2022* (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/107925>
- Morales Rodríguez, H. F. (2023). *Habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes de una Institución Educativa Estatal, Arequipa 2022* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <https://hdl.handle.net/20.500.12773/16507>
- Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 249–274. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185631>
- Oliva, A., Parra, Á., & Sánchez-Queija, I. (2010). Desarrollo positivo en la adolescencia: Apoyos del contexto y características personales. *Psicothema*, 22(1), 4–10.
- Olivares Rodríguez, J. (2009). Evaluación y tratamiento de la fobia social en población infanto-juvenil de los países de habla española y portuguesa. *Anuario de Psicología*, 40(1), 7-22. <https://portalinvestigacion.um.es/documentos/63c0b2f93df4c204fba ff9e1>
- Olivares, J., García-López, L. J., & Hidalgo, M. D. (2001). EDAS. *Escala de Detección de Ansiedad Social*. TEA Ediciones.
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Mental health of adolescents: fact sheet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Panamericana de la Salud. (2015). *Noncommunicable Diseases and Mental Health Data Portal – Anxiety disorders*. OPS. <https://www.paho.org/en/noncommunicable-diseases-and-mental-health/noncommunicable-diseases-and-mental-health-data-portal-2>

- Oviedo Mamani, Z. N., & Palomino Zevallos, E. E. (2022). *Habilidades sociales y ansiedad social debido al confinamiento por Covid-19 en universitarios, Arequipa, 2021* (Tesis de grado). Universidad Católica San Pablo. <https://hdl.handle.net/20.500.12590/17198>
- Pérez, L., Linares, M., & Valdivia, L. (2021). *Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa N°40479 Miguel Grau Matarani, Arequipa 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Ica. <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/1465>
- PsicoActiva. (2023). La teoría del aprendizaje social de Bandura. PsicoActiva.com. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/la-teoria-del-aprendizaje-social-bandura/>
- Quevedo Vibert, C. M. (2019). *Inteligencia emocional y habilidades sociales en los estudiantes de educación secundaria del Colegio Alternativo Acuarela del Sol, Arequipa, 2018* (Tesis de maestría). Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/9701>
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741–756. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00022-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00022-3)
- Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24(7), 737–767. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.06.004>
- Regader, B. (2015, mayo 29). *La teoría del desarrollo psicosocial de Erik Erikson*. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-desarrollo-psicosocial-erik-erikson>
- Sánchez Paredes, R. G., & Ñañez Silva, M. V. (2022). Percepción del trabajo en equipo y de las habilidades sociales en estudiantes universitarios. *PURIQ*, 4, e265. <https://doi.org/10.37073/puriq.4.265>

- Sánchez Reyes, A., Osornio Castillo, L., & Ríos Saldaña, M. R. (2019). Habilidades sociales básicas y su relación con la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de medicina. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 22(2). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/70134>
- Santos Páucar, L. A. (2012). *El clima social familiar y las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa del Callao* [Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/1447>
- Sichez Nieto, E. R. (2022). *Programa habilidades sociales en alumnos de una institución educativa secundaria de San Pedro de Lloc, 2021: Estudio descriptivo – propositivo* (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/100306>
- Siurana Aparisi, J. C. (2010). *Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural*. *Veritas*, (22), 121–157. <https://doi.org/10.4067/S0718-92732010000100006>
- Spence, S. H. (2003). Social skills training with children and young people: Theory, evidence and practice. *Child and Adolescent Mental Health*, 8(2), 84-96. <https://doi.org/10.1111/1475-3588.00051>
- Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). *Social anxiety disorder across the lifespan: A clinical guide*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-42558-7>
- Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). Social skills training and social anxiety in adolescence. *Behaviour Research and Therapy*, 85, 76–84. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.08.017>
- Ticona Ticona, Á. G. (2023). *Acoso escolar y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Arequipa* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional UC. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/13797>
- Torres Pino, P. J., & Ojeda Barrantes, K. D. (2018). *Niveles de ansiedad social en estudiantes del cuarto y quinto grados de secundaria de la I.E. Rafael Loayza Guevara, Arequipa, 2016* (Tesis de licenciatura). Universidad Católica de Santa María.

<https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/f1f41642-0812-4d3f-a866-33d366cd3f73>

- UNESCO Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe. (2021). *Evaluación de habilidades socioemocionales en niños, jóvenes y adolescentes de América Latina: marco para el trabajo del módulo de ERCE 2019*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000377512/PDF/377512spa.pdf.multi>
- UNICEF. (2022). *Estado mundial de la infancia 2022: En mi mente. Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*. <https://www.unicef.org/es/informes/estado-mundial-de-la-infancia-2022>
- Valdivia, R., & Nina, A. (2020). Habilidades sociales y adaptación escolar en adolescentes de secundaria en Arequipa. *Revista Arequipeña de Psicología y Educación*, 8(2), 15–24.
- Villar Flores, D. (2023). *Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa El Salvador, 2022* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/3021/Villar%20Flores%2C%20Delfina.pdf?isAllowed=y&sequence=1>
- Wong, Q. J. J., Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2022). Social skills and social anxiety in adolescents: A meta-analytic review. *Journal of Adolescence*, 95(3), 245–260.
- Zapata Tizón, M. Y. (2021). *Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de 2º año de secundaria de un colegio de Cruceta, Tambogrande, 2020* (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/61679>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
<p>Problema General: ¿Cuál es la relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa – 2025?</p>	<p>Objetivo General: Identificar la relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.</p>	<p>Hipótesis General: Existe relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025.</p>	<p>Variable 1: Habilidades Sociales</p>	<p>Habilidades Sociales Básicas Habilidades Sociales avanzadas Habilidades relacionadas con los sentimientos Habilidades alternativas Habilidades para hacer frente al estrés Habilidades de planificación</p>	<p>Tipo de investigación: No Experimental Diseño de Investigación. Transversal Población: Estudiantes de institución educativa privada.</p>

<p>Problemas Específicos: ¿Cuál es la relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025?</p> <p>- ¿Cuál es la relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025?</p>	<p>Objetivos Específicos: -Determinar cuál es la relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentestest entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025</p> <p>Determinar cuál es la relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.</p>	<p>Hipótesis Específicas: -Existe una relación entre el miedo a la evaluación negativa y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025</p> <p>-Existe una relación entre inhibición social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.</p> <p>-Existe relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y</p>	<p>Variable 2: Ansiedad Social</p>	<p>-Miedo a la evaluación negativa -Inhibición y malestar ante la interacción Social -Malestar significativo en contextos nuevos</p>	<p>Muestra: 120 estudiantes Método de Investigación: Cuantitativo Técnicas e instrumentos: Encuesta -Cuestionario de Habilidades Sociales Escala de Ansiedad Social para adolescentes EDAS Análisis de datos: Software SPSS</p>
--	--	--	--	--	---

<p>- ¿Cuál es la relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa- 2025?</p>	<p>-Determinar cuál es la relación entre malestar en situaciones sociales nuevas y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.</p>	<p>habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución privada del distrito Miraflores, Arequipa-2025.</p>			
---	---	---	--	--	--

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

ESCALA PARA LA DETECCIÓN DE LA ANSIEDAD SOCIAL (EDAS)
(Olivares y García - López, 1998) adaptado por Irma Valencia Lizárraga

COLEGIO: _____ GRADO: _____
_____ EDAD: _____ FECHA: _____
_____ SEXO: F () M ()

INSTRUCCIONES Esto no es un examen, no hay respuestas correctas o incorrectas. Por favor, contesta cada frase tan sinceramente como puedas. marca tu elección (SI - NO) con una X. Hay personas que se ponen nerviosas cuando están con gente que no conocen bien. Esto les ocurre si están con una o más personas extrañas, o poco conocidas. No importa el lugar. Se pueden sentir mal en una fiesta o simplemente mientras se habla en grupo, aunque ello no le obligue a uno a participar.

1.- ¿Te ocurre algo de esto? SI
() NO ()

2.- ¿Generalmente te preocupa cuando tienes que decir o hacer algo, porque piensas que ello te puede poner en evidencia ante los demás?
SI () NO

3.- Teniendo en cuenta el cuadro de SITUACIONES, que te presentamos más abajo, nos gustaría que valoraras el grado de nerviosismo que sientes en esas situaciones, la frecuencia con que te pasa y en qué medida interfiere en tu vida cotidiana el miedo y la evitación que estas situaciones te generan. Para ello, usa las escaleras que te presentamos a continuación:

¿Tratas de evitar constantemente lo que se describe en esta situación?	¿En qué grado te provoca miedo esta situación?	¿Cuánto ha perjudicado, en tu vida diaria el miedo y/o la evitación de esta situación?
--	--	--

1 = Nunca	1 = Ninguno	1 = Nada
2 = Pocas veces	2 = Un poco	2 = Un poco
3 = Algunas veces	3 = Bastante	3 = Bastante
4 = Bastantes veces	4 = Mucho	4 = Mucho
5 = Siempre	5 = Muchísimo	5 = Muchísimo

Nº	SITUACIONES	1	2	3	4	5
1	¿Tratas de evitar constantemente iniciar una conversación?					
2	¿En qué grado te provoca miedo el iniciar una conversación?					
3	¿Cuánto ha perjudicado, en tu vida diaria, el miedo y/o la evitación de iniciar una conversación?					
4	¿En qué grado te provoca miedo el mantener una conversación con otra persona?					
5	¿Tratas de evitar constantemente ir a fiestas o reuniones sociales?					
6	¿En qué grado te provoca miedo el ir a fiestas o reuniones sociales?					
7	¿En qué grado te provoca miedo el tener que hablar en público?					
8	¿Cuánto ha perjudicado, en tu vida diaria, el miedo y/o la evitación de hablar en público?					
9	¿Tratas de evitar constantemente el escribir, comer o beber delante de otras personas?					

10	¿En qué grado te provoca miedo el escribir, comer o beber delante de otras personas?					
11	¿En qué grado te provoca miedo al tener que defender tus derechos frente a otras personas?					
12	¿En qué grado te provoca miedo el tener que relacionarte con personas de autoridad como (tus padres, profesores o personas mayores)?					
13	¿Cuánto ha perjudicado, en tu vida diaria, el miedo y/o la evitación de relacionarte con figuras de autoridad (padre, profesores, personas mayores)?					
14	¿Tratas de evitar constantemente el tener que relacionarte con personas del sexo opuesto?					
15	¿En qué grado te provoca miedo el tener que relacionarte con personas del sexo opuesto?					
16	¿Cuánto ha perjudicado, en tu vida diaria, el miedo y/o la evitación relacionarte con personas del sexo opuesto?					

LISTA DE CHEQUEO EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES

(Goldstein et. Al. 1,980)

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

Grado:.....Sección:..... Sexo: Masculino () Femenino ()
--

	Nunc a	Casi nun ca	Algu na vez	Casi siempr e	siempre
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5

5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	5
14. ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	4	5

15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5

27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	1	2	3	4	5
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido	1	2	3	4	5
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un	1	2	3	4	5

amigo(a) no ha sido tratado de manera justa?					
37. ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática	1	2	3	4	5
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5

44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atenciones a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

ESCALA PARA LA DETECCIÓN DE LA ANSIEDAD SOCIAL (EDAS) (Olivares y García - López, 1998)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Ansiedad Social Y Habilidades Sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025"

Nombre del Experto: APARCANA HERNÁNDEZ José Carlos

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los criterios de validez, por lo tanto, es aplicable.



José Carlos Aparcana Hernández
DOCTOR EN EDUCACION

Código ORCID N.º 0000-0001-7398-6817
DNI. N.º 21553760

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

LISTA DE CHEQUEO EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES (Goldstein et. Al. 1,980)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: “ Ansiedad Social Y Habilidades Sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025”

Nombre del Experto: APARCANA HERNÁNDEZ José Carlos

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con los criterios de validez, por lo tanto, es aplicable.


José Carlos Aparcana Hernández
DOCTOR EN EDUCACIÓN

Código ORCID N.º 0000-0001-7398-6817
DNI. N.º 21553760

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

ESCALA PARA LA DETECCIÓN DE LA ANSIEDAD SOCIAL (EDAS) (Olivares y García
- López, 1998)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Ansiedad Social Y Habilidades Sociales entre 13 y 17 años de
institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025"

Nombre del Experto: _____

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

Los ítems están asociados a la variable a medir




Nombre: Walter Portocarrero
No. DNI: 29422591
Grado académico:

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

LISTA DE CHEQUEO EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES (Goldstein et. Al. 1,980)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: “Ansiedad Social Y Habilidades Sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025”

Nombre del Experto: Walter Portocarrero Salas

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES

Los instrumentos son adecuados para las variables estudiadas




Nombre: Walter Portocarrero
No. DNI: 29422591
Grado académico:

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
ESCALA PARA LA DETECCIÓN DE LA ANSIEDAD SOCIAL (EDAS) (Olivares y García
- López, 1998)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: “Ansiedad Social Y Habilidades Sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025”

Nombre del Experto: Tito Orlando Chunga Diaz

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

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

III. OBSERVACIONES GENERALES



.....
Dr. Tito Orlando Chunga Diaz

No. DNI: 16746065
 Grado académico:
 Doctor

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE
INVESTIGACIÓN LISTA DE CHEQUEO EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES
(Goldstein et. Al. 1,980)

I. **DATOS GENERALES**

Título de la Investigación: “Ansiedad Social Y Habilidades Sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025”

Nombre del Experto: Tito Orlando Chunga Diaz

II. **ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO**

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

III. **OBSERVACIONES GENERALES**



.....
Dr. Tito Orlando Chunga Diaz

No. DNI: 16746065
Grado académico:
Doctor

Anexo 4: Autorización para el uso de instrumentos

Escala de Ansiedad Social para Adolescentes EDAS



LISTA DE CHEQUEO EVALUACION DE HABILIDADES SOCIALES

Solicitud de Autorización para el uso de instrumento Recibidos x



Denisse del Carmen

vie, 13 jun, 18:47 (hace 7 días) ☆

13 Junio de 2025 Señor Mg. Luis Alberto Santos Paucar Presente. Estimado Mg. Santos Paucar: Reciba un cordial saludo. Me dirijo a usted con el ...



LUIS SANTOS

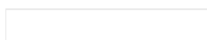
📧 sáb, 14 jun, 9:03 (hace 6 días) ☆ 😊 ↩️ ⋮

para mí ▾

Saludos cordiales apreciada Denisse del Carmen, con mucho gusto tienes mi expresa autorización para que puedas utilizar el Cuestionario de Habilidades Sociales que adapté, en el marco de mi investigación para optar el grado de Magíster en Gestión de la Educación para la Universidad San Ignacio de Loyola de Lima, éxitos en tu investigación y mis mejores deseos para tu futuro licenciamiento, un fuerte abrazo e infinitas bendiciones,



1 archivo adjunto • Analizado por Gmail ⓘ



Anexo 5: Oficio y carta de presentación



“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

Chincha Alta, 11 de Setiembre del 2025

OFICIO N°1956-2025-UAI-FCS

Sr. Felix Rivera Colque
Director
I.E.P. LA CANTUTA DE AREQUIPA
Presente. -

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestra estudiante se encuentra en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. La estudiante ha tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que la estudiante pueda proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de la estudiante con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



Mag. Jose Yomil Perez Gomez
DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, **MAYTA TAPIA, Denisse Del Carmen** identificada con código de estudiante **0072371760** del Programa Académico de **PSICOLOGÍA**, quien viene desarrollando la tesis denominada: **“ANSIEDAD SOCIAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE 13 Y 17 AÑOS DE INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DEL DISTRITO MIRAFLORES, AREQUIPA – 2025.”**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a la estudiante en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 11 de Setiembre del 2025



Mag. Jose Yomil Perez Gomez
DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



Anexo 6: Solicitud de aplicación de investigación

Señor:

jueves 05 de junio

Félix Rivera Colque director

La Cantuta de Arequipa

Presente. -

Asunto: Solicitud de permiso para considerar muestra de estudio

De mi consideración:

Yo, Denisse del Carmen Mayta Tapia, identificado con DNI N.º 72371760 en mi calidad de egresado de la Escuela Profesional de Psicología, y en el marco de la elaboración de mi trabajo de investigación, me dirijo a usted con el propósito de solicitar su autorización para considerar a un grupo de estudiantes de su prestigiosa institución como muestra de estudio para el desarrollo de la investigación titulada **“Ansiedad social y Habilidades Sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa - 2025”**, la cual realizo como parte de los requisitos para optar el título profesional en la Universidad Autónoma de Ica.

El estudio tiene como objetivo principal “Identificar la relación entre habilidades sociales y ansiedad social en adolescentes y se enmarca en un enfoque cuantitativo, garantizando en todo momento el respeto por los principios éticos de la investigación, tales como el consentimiento informado, la confidencialidad de la información y el anonimato de los participantes.

Agradeceré profundamente contar con su apoyo y autorización para realizar esta investigación.

Quedo atento(a) a su respuesta y a cualquier requerimiento adicional que considere necesario. Puede comunicarse conmigo al 966666061 o al correo electrónico denissedelcarmementapia@gmail.com.

Sin otro particular, me despido cordialmente

Anexo 7: Consentimiento y asentimiento informado



CONSENTIMIENTO INFORMADO

“ANSIEDAD SOCIAL Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES ENTRE 13 Y 17 AÑOS DE INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA DEL DISTRITO MIRAFLORES, AREQUIPA - 2025”

Institución : Universidad Autónoma de Ica.

Responsables : Mayta Tapia Denisse del Carmen
Estudiantes del programa académico de Psicología

Objetivo de la investigación: Por la presente lo estamos invitando a participar de la investigación que tiene como finalidad Determinar relación entre ansiedad social y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa – 2025. Al participar del estudio, deberá resolver un cuestionario de 50 ítems y 16 ítems , los cuales serán respondidos de forma anónima.

Procedimiento: Si autoriza que su menor hijo(a) participe de este estudio, su hijo(a), deberá responder un instrumento denominado “Cuestionario de Habilidades Sociales y Escala de Ansiedad Social para adolescentes EDAS”, el cual deberá ser resueltos en un tiempo de 40 minutos, dicho cuestionario será entregado de manera física.

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

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

Arequipa, de, de 2025

Firma:

Apellidos y nombres:

DNI:



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

ASENTIMIENTO INFORMADO

**Título: “ANSIEDAD SOCIAL Y HABILIDADES SOCIALES EN
ADOLESCENTES ENTRE 13 Y 17 AÑOS DE INSTITUCION EDUCATIVA
PRIVADA DEL DISTRITO MIRAFLORES, AREQUIPA - 2025”**

Estimado estudiante, te invitamos a formar parte de la presente investigación, para la cual requerimos tú valiosa participación en la resolución de un cuestionario.

Objetivo del estudio: Determinar relación entre ansiedad social Y habilidades sociales en adolescentes entre 13 y 17 años de institución educativa privada del distrito Miraflores, Arequipa – 2025.

Procedimiento: Si aceptas participar de la investigación, te aplicaremos dos cuestionarios de 50 y 16 ítems el cual responderás en un lapso de 40 minutos. Esta evaluación trata sobre los índices de Ansiedad Social Y Habilidades Sociales que ocurren al interior de la institución, para lo cual solicitamos respuestas con sinceridad cada una de las preguntas que se te presentan, ten en cuenta que no es necesario identificarte al responder el cuestionario. Así mismo, es importante no dejar ítems en blanco, ya que cada respuesta es valiosa.

Confidencialidad: Los resultados del cuestionario aplicado solo lo sabrás tú, y tú apoderado con el fin de guardar la confidencialidad de los datos y no complicar nuestro trabajo profesional. Si firmas este documento quiere decir que lo leíste, o alguien te lo ha leído y aceptas participar en la investigación.

Si, acepto

No, acepto

Arequipa, de, de 2025

Firma:

Apellidos y nombres:

Anexo 8: Constancia de aplicación de investigación



Institución Educativa Particular
La Cantuta
de Arequipa

R.D. 0772 - 0187

“AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA”

CONSTANCIA

El que suscribe Profesor Félix Rivera Colque Director de la Institución Educativa Particular La Cantuta de Arequipa.

HACE CONSTAR:

Que la señorita **DENISSE DEL CARMEN MAYTA TAPIA** identificada con **DNI 72371760**, bachiller en psicología de la Universidad Autónoma de Ica, ha realizado actividades en el marco de investigación con el proyecto “Ansiedad Social y Habilidades Sociales en Adolescentes entre 13 y 17 años de Institución Educativa Privada del Distrito de Miraflores- Arequipa- 2025” en las fechas 02 y 04 de setiembre.

Se expide el presente a solicitud del interesado para los fines que juzgue conveniente.

Arequipa, 25 de setiembre del 2025


Félix Rivera Colque
Director

San Antonio N° 113 - 121 - ☎ 202937 / 231872 - ☎ 931 398 718 - Arequipa
E-mail: colegiolacantuta@gmail.com

Anexo 9: Análisis de confiabilidad Base de datos

ANSIEDAD SOCIAL

	MIED1	MIED2	MIED3	MIED4	MIED5	INH1	INH2	INH3	INH4	INH5	MAL 1	MAL 2	MAL 3	MAL 4	MAL 5	MAL 6
1	5	3	4	5	3	5	3	4	4	5	3	4	4	5	3	4
2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1
3	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1
4	2	3	5	4	1	3	5	5	3	4	1	3	4	1	1	1
5	2	3	5	4	4	4	5	5	3	2	1	3	5	2	2	4
6	2	1	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	1	1	1
7	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1
8	3	2	2	2	5	4	1	1	1	1	2	2	4	2	2	1
9	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2
10	2	3	4	3	5	5	4	4	5	1	2	4	2	5	1	1
11	1	2	1	2	3	4	2	3	2	3	2	3	4	2	5	3
12	2	3	3	2	1	5	3	3	1	2	4	5	2	3	1	5
13	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2
14	3	2	2	1	5	3	1	2	1	3	3	3	3	4	2	2
15	4	2	3	1	5	4	3	3	1	1	2	4	3	5	5	5
16	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1
17	2	2	5	2	2	2	4	4	3	3	2	1	1	3	3	2
18	2	3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	1	5	4	1	2
19	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1
20	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1
21	4	5	3	4	5	4	4	4	2	3	4	3	3	5	5	4

22	2	4	1	1	1	2	5	4	1	1	2	2	3	3	1	1
23	3	4	5	4	1	1	5	3	3	2	2	3	4	4	4	3
24	1	1	4	1	1	1	4	3	2	2	3	1	1	1	1	1
25	3	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1
26	2	2	2	4	1	1	5	2	1	1	1	3	1	1	2	2
27	3	5	1	1	1	1	5	1	3	3	1	5	3	5	3	1
28	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1
29	1	2	2	2	1	1	3	4	1	1	1	2	1	1	1	1
30	3	2	4	1	2	2	4	3	1	1	2	1	3	4	3	5
31	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	4
32	3	4	4	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	2	2
33	3	4	3	5	5	5	3	2	5	5	5	4	4	2	2	2
34	3	2	3	2	2	2	5	5	2	1	1	2	2	2	2	2
35	1	3	1	2	5	4	4	5	1	1	1	3	3	2	2	2
36	3	4	4	5	2	3	5	5	4	4	3	5	5	4	4	4
37	3	3	2	3	5	3	4	3	2	2	4	5	5	2	3	5
38	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	2	5	5	4	2	2
39	3	2	4	2	3	3	2	4	1	1	4	4	4	1	1	1
40	5	3	1	5	5	5	5	1	1	1	1	1	2	1	1	1
41	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	4	2	3	4	2	3
42	3	4	4	4	3	3	5	4	3	2	2	2	3	3	3	2
43	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4
44	3	3	3	1	3	2	1	4	1	1	3	1	3	5	1	1
45	3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2
46	2	2	5	4	4	4	5	5	2	2	3	4	5	4	4	3
47	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	1

48	3	4	5	3	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	5
49	2	1	5	2	4	3	5	5	5	5	2	5	5	1	1	2
50	3	4	2	2	1	1	5	4	5	3	2	4	3	5	3	4
51	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1
52	3	3	4	2	1	2	3	4	1	2	4	5	3	4	4	1
53	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1
54	2	4	4	3	2	2	2	3	1	1	1	2	4	1	2	2
55	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	3	1	1	1
56	2	2	1	3	1	1	4	3	1	1	3	1	1	2	2	1
57	2	3	4	2	2	2	5	4	4	3	2	2	2	2	2	2
58	2	3	4	3	2	3	2	4	1	1	2	2	4	3	3	5
59	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2	1	1	1
60	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
61	4	3	3	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	3	1	2
62	3	3	4	4	3	3	2	4	2	2	3	3	4	4	4	3
63	2	1	2	1	3	2	4	4	2	2	2	3	2	2	1	1
64	3	4	3	2	3	3	4	4	2	2	2	2	4	3	3	3
65	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	3	1	2	1	1	1
66	3	3	4	3	5	2	2	5	1	1	2	2	3	2	2	2
67	3	4	5	2	2	2	5	4	1	1	3	4	5	2	2	1
68	2	1	3	1	5	3	2	2	1	1	1	1	2	3	3	3
69	3	1	2	3	5	1	2	2	1	1	3	2	1	3	3	5
70	1	2	3	2	1	2	2	2	5	5	2	2	2	2	3	2
71	3	3	4	2	2	4	3	2	4	3	4	3	2	3	2	2
72	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1
73	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1

74	3	5	5	4	5	5	3	4	5	5	4	5	5	4	4	5
75	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1
76	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3
77	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1
78	2	3	4	5	4	3	2	1	2	3	4	3	2	3	4	1
79	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1
80	3	1	1	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	2	1
81	3	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	2	1	1	1
82	5	4	3	4	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2
83	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1
84	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3
85	2	2	3	2	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2
86	5	4	5	5	1	1	1	1	2	3	3	4	2	3	5	2
87	2	3	3	3	1	1	5	4	2	2	4	3	3	1	1	1
88	2	4	5	4	4	5	5	5	3	4	4	4	4	5	5	5
89	2	2	3	3	2	4	3	4	3	4	3	2	3	2	5	3
90	2	4	4	4	3	2	5	5	5	4	5	5	5	3	4	3
91	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1
92	3	1	1	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	2	2	1
93	1	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1
94	1	2	3	1	1	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2
95	3	1	3	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1
96	1	2	2	1	1	1	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1
97	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4
98	3	4	4	3	5	5	5	4	5	5	3	5	3	5	5	5
99	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1

100	3	2	3	3	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1
101	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1
102	3	2	3	2	2	3	4	3	2	1	2	2	2	2	3	3
103	3	3	1	2	2	2	4	5	1	1	3	4	4	2	3	1
104	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3
105	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2
106	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2
107	3	4	3	2	3	2	4	2	3	2	5	2	3	3	2	2
108	2	1	1	1	1	1	3	3	2	1	1	1	2	1	1	1
109	2	2	1	1	1	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	1
110	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2
111	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1
112	4	1	1	1	5	1	2	2	1	1	2	1	1	3	2	1
113	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1
114	2	2	3	2	1	1	4	4	2	2	1	1	1	1	1	2
115	4	5	4	5	3	2	5	5	2	2	3	4	4	2	2	2
116	5	5	4	5	2	3	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4
117	3	2	1	4	2	3	2	1	2	2	1	1	2	3	2	1
118	2	1	2	2	1	1	3	2	1	1	1	2	2	1	1	1
119	2	2	1	1	5	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1
120	2	2	2	2	2	1	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2
121	2	3	2	3	1	2	5	5	3	4	4	5	5	3	2	3
122	4	3	2	3	3	2	4	2	1	1	2	1	1	2	3	1
123	3	2	4	3	4	3	4	3	1	3	1	1	2	4	5	3
124	2	2	3	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2

1	3	5	1	2	5	5	1	1	1	5	4	4	5	5	3	5	1	4	1	1	5	1	5	1	5	5	5	4	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	5	1	1	1	5	4	5	5		
1	4	3	4	4	3	5	4	4	4	3	5	5	3	4	3	3	3	5	5	5	4	1	3	4	5	5	2	3	4	4	5	4	5	4	4	4	5	3	4	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	3			
1	5	5	5	4	5	5	5	4	3	4	5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	5	3	4	5	4	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	5	4	3	3	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4			
1	6	5	3	3	5	2	3	5	4	1	5	4	2	5	5	4	2	5	5	5	5	2	5	4	5	5	3	2	3	4	4	3	5	4	2	3	4	5	5	5	3	5	4	3	4	2	1	4	4	5	2		
1	7	5	2	1	5	5	1	1	2	2	1	1	4	5	1	5	1	5	4	1	4	2	5	5	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	3	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5		
1	8	1	2	3	2	4	2	1	5	4	3	2	3	2	2	4	3	2	4	2	1	2	3	4	5	4	3	4	2	2	3	3	5	1	4	2	4	2	4	2	4	3	2	2	1	3	2	2	3	4	3	2	4
1	9	3	3	4	2	3	4	5	2	3	4	2	1	3	4	2	1	3	2	4	3	1	4	3	5	3	4	2	1	4	3	2	5	2	3	2	1	5	4	2	5	1	3	3	3	4	5	1	3	5	4		
2	0	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	1	5	3	3	5	5	5	3	5	5	5	5	3	4	5	3	4	5	3	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
2	1	5	5	5	3	5	5	5	5	1	5	5	5	5	2	2	2	4	4	5	3	4	5	5	5	5	1	5	5	4	5	5	5	5	4	1	2	1	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	1	5	3		
2	2	4	4	5	5	4	4	5	2	2	3	3	4	4	5	2	1	4	4	5	2	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	5	3	4	5	1	4	5	3	4	5	5	2	5	4	4	5	5	4		
2	3	3	4	5	4	5	2	3	2	2	3	2	5	5	5	1	3	2	4	5	5	5	1	3	3	5	4	4	5	5	5	4	5	1	1	4	5	5	4	4	3	3	5	3	5	3	5	5	5	2			
2	4	4	5	5	5	5	2	1	2	2	2	2	2	5	5	5	1	5	5	1	1	1	5	5	5	3	5	3	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
2	5	5	4	4	4	3	5	2	4	2	3	3	4	4	3	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	4	5	3	4	2	4	5	4	5	5	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	
2	6	4	3	1	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3			

2	7	4	3	4	3	4	2	1	1	4	5	5	3	5	2	4	1	2	4	3	4	1	4	4	4	4	2	4	4	3	3	2	4	5	3	4	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	4	4	
2	8	2	5	5	3	4	4	3	1	3	3	4	3	4	5	3	4	4	4	5	3	5	1	5	2	4	3	2	5	4	3	3	3	2	3	4	5	5	4	4	4	3	3	5	4	4	4	5	5	4	3	
2	9	4	4	5	4	5	2	4	2	4	3	4	5	5	2	3	1	4	5	5	2	1	5	4	5	4	2	4	4	5	5	5	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	5	3	3
3	0	3	3	5	3	5	3	4	1	2	2	2	4	4	5	2	2	2	2	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	5	2	1	1	2	1	2	2	1	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	5

31	4	3	4	4	5	4	3	3	4	5	3	2	5	1	1	2	5	4	3	5	4	3	4	3	5	1	2	1	2	2	5	3	4	5	3	1	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4
32	4	5	3	3	2	4	5	4	2	3	2	2	4	3	5	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	3	3	4	5	5	3	
33	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	2	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3		
34	3	3	4	4	2	2	3	2	4	3	1	4	3	5	3	2	2	2	3	3	4	4	1	2	2	4	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	4		
35	3	2	5	4	3	2	3	4	3	2	4	2	4	5	5	2	4	4	3	1	3	4	3	5	4	1	2	3	2	3	2	3	4	2	5	4	3	4	3	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	1	
36	4	3	4	5	5	1	3	5	4	3	5	5	3	4	4	4	4	4	3	5	5	5	4	3	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	2		
37	4	3	5	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	5	1	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	3	4	3	3	2	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	2	
38	5	3	5	2	4	3	2	3	2	3	4	3	5	1	3	2	4	4	2	4	3	5	3	5	5	5	3	4	5	5	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	5	5	5	5	5	5	4	4	3	5	4	
39	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	5	5	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	5	5	4	5	5	4
40	4	3	5	4	3	3	2	1	4	2	3	3	5	2	3	1	4	4	3	4	3	5	4	4	5	5	2	4	5	4	1	5	3	3	5	3	4	5	4	3	2	2	4	3	4	4	4	5	3	5		
41	4	3	2	4	5	4	2	4	2	3	2	2	5	2	4	1	5	5	5	5	2	4	5	5	3	2	3	1	4	4	3	2	3	4	5	4	5	5	1	3	4	3	4	5	5	5	5	5	4	5		
42	4	3	4	5	5	1	3	5	4	3	5	5	3	4	4	4	4	4	3	5	5	5	4	3	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	2		
43	4	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	4	5	5	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	5	4	2	5	4	3	4	5	5	4	5	5	4		
44	5	5	4	4	5	5	3	4	1	4	5	4	4	2	4	2	5	5	5	4	1	3	5	4	5	2	4	4	5	4	2	4	5	3	5	5	4	5	1	3	4	5	5	4	5	5	4	1	5	4		
45	4	2	5	4	4	2	4	2	3	4	3	4	4	2	4	2	3	4	3	4	2	3	5	4	4	3	3	4	4	3	2	3	2	4	4	3	2	4	3	2	3	4	4	3	3	3	5	4	5	4		
46	5	3	4	4	5	3	2	3	4	3	3	4	5	2	5	3	5	5	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3		
47	4	5	5	4	4	1	3	5	4	5	4	5	3	4	4	3	4	3	3	2	1	4	5	4	4	4	5	3	4	4	3	3	2	3	2	5	4	3	4	3	3	5	5	4	5	3	5	5	4	2		

48	5	3	4	2	5	1	2	2	2	4	3	4	5	2	4	2	4	4	5	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	5	2	3	4	4	5	4	4	3	3	2	4	2											
49	4	3	2	3	4	2	2	1	3	2	3	3	5	2	4	2	4	4	2	3	2	4	4	4	2	5	2	2	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4									
50	2	2	1	4	5	1	2	3	1	2	3	3	5	1	5	1	5	5	3	2	1	5	3	5	5	3	3	3	5	4	1	5	5	2	5	5	4	5	2	4	5	2	3	5	3	3	5	5	2	3				
51	3	4	2	2	5	1	3	1	2	3	2	3	4	4	4	1	5	4	4	2	1	4	3	4	2	4	3	4	3	5	3	3	1	2	2	2	4	4	3	4	5	3	4	1	1	1	3	4	3	2				
52	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3					
53	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4					
54	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	4	3	3	4	4	3				
55	5	2	2	3	3	4	1	1	2	1	2	4	4	1	3	3	4	4	2	4	3	4	2	2	3	4	4	3	4	2	3	4	2	5	5	1	4	5	5	3	3	5	5	4	4	3	1	4	2	1				
56	4	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	5	4	3	2	3	4	3	2	4	4	2	4	3	2	4	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	4	4	3	2	3	4	3	3	3	4				
57	5	3	4	3	3	4	2	3	4	2	4	5	3	3	3	4	3	3	4	5	5	3	4	4	5	5	4	4	5	4	4	3	5	4	3	5	5	4	5	4	4	4	4	3	3	4	5	5	4	4	3			
58	4	4	3	3	5	4	4	3	4	3	5	4	5	3	5	4	5	4	5	5	2	4	4	5	4	4	3	5	5	4	5	3	3	3	1	4	5	5	4	5	5	5	5	4	3	4	4	5	4	4				
59	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	5	4	5	5	3	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4				
60	3	4	4	4	4	3	2	3	3	2	2	4	4	2	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	5	4	2	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
61	5	5	5	5	5	3	5	3	1	5	5	4	4	4	4	3	2	4	4	4	5	5	4	5	5	2	4	3	4	5	3	3	4	4	4	3	3	3	4	5	4	3	3	3	4	5	4	4	4	2				
62	4	4	4	4	3	3	2	4	2	2	5	4	4	4	3	1	3	3	4	3	5	4	3	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	3	2	3	4	3	3	2	5	5	3	4	4	4	4	4	5	3				
63	4	4	5	4	5	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1				
64	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	3	4	1	5	5	4	3	1	4	5	5	4	5	4	4	4	5	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3				
65	4	4	3	3	4	2	1	2	3	2	3	3	4	3	5	3	4	4	3	3	2	4	2	3	3	4	3	4	4	5	4	3	3	2	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3			
66	4	4	3	4	5	4	3	4	3	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4	4	5	4	3	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	4	5	5	3	5	4	3	4	4	5	3				
67	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	4	4	2	2				
68	5	4	4	4	4	1	1	2	3	4	3	4	5	2	5	4	5	5	4	5	1	5	2	3	4	3	2	3	5	4	1	3	2	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	3	5	5	1			
69	4	4	4	3	4	4	5	2	3	4	4	4	5	3	5	1	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3			
70	5	3	3	4	4	2	1	2	3	2	2	4	4	1	3	2	4	4	3	3	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3			
71	4	4	3	4	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3
72	3	4	4	3	3	5	4	3	3	4	3	3	4	1	3	3	4	4	3	2	5	5	3	4	4	2	4	3	5	3	4	3	4	2	3	3	3	4	2	3	5	5	3	4	3	3	5	5	5	5	5			
73	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	4	2	5	3	1	3	2	2	1	2	4	5	5	5	1	5	1	3	1	1	1	1	3	5	5	5	4	3	1	2	4	5	4	2	3	3	4	3	3				

74	5	5	4	4	5	5	3	2	4	4	4	4	5	2	4	1	4	4	3	1	3	4	4	4	2	5	4	5	3	4	3	3	4	3	2	3	4	5	4	2	1	4	5	5	4	3	2	3	4	2						
75	5	5	4	4	5	5	3	2	4	4	4	4	5	2	4	1	4	4	3	1	2	3	4	4	2	5	4	5	3	4	3	3	4	3	2	3	4	5	4	2	1	4	5	5	4	3	2	3	4	2						
76	5	3	5	5	5	3	4	3	3	3	5	5	3	2	5	1	5	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	5	5	4	3	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	3	4	2	3	4	2		
77	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	5	4	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4					
78	4	5	5	4	5	3	4	4	3	3	3	3	4	3	5	3	1	1	2	4	2	5	5	4	3	2	5	5	4	5	4	3	4	4	4	5	4	4	4	3	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	3					
79	4	4	4	3	5	4	2	3	3	2	2	4	3	2	4	3	4	5	5	3	5	5	5	4	5	3	4	5	5	4	2	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	3	4	4	5	2				
80	4	3	4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	3	2	4	2	2	3	1	2	1					
81	4	5	5	4	5	4	5	4	3	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	5	4	5	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	5	3	3	4	3	2	3	3	4	5	3	3	3	4	5	5	3						
82	4	5	5	4	5	5	3	5	5	3	4	4	5	3	3	1	3	4	3	1	5	5	4	5	4	4	4	5	4	4	1	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	2	5	5	5	4	3	4	4	5					
83	4	5	5	3	5	5	3	4	4	5	4	5	5	3	3	2	4	4	4	3	5	5	3	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	1	4	3	4	3	3	4	2	5	5	5	4	3	4	5	5						
84	4	4	3	3	5	5	2	4	3	4	3	4	5	5	5	3	5	5	4	4	5	5	3	3	4	3	4	3	5	5	5	3	5	5	5	5	2	5	5	4	3	5	5	4	3	5	4	5	3	5						
85	2	4	3	3	5	1	3	4	3	4	4	4	4	4	5	3	5	5	4	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	5	3	3	1	2	2	3	3	2	1	2	1						
86	4	2	2	3	5	1	2	3	3	4	3	4	5	3	4	3	4	4	4	3	1	3	3	3	5	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	2	5	4	3	3	4	3	3	1						
87	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4					
88	4	3	3	4	5	2	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	4	5	5	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3					
89	4	4	5	4	5	3	3	3	4	4	3	4	4	3	5	4	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4					
90	4	2	2	2	4	2	1	1	2	3	3	3	3	1	1	1	4	3	3	2	1	2	3	4	4	1	2	3	4	3	1	4	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	1	3	3	3	2	3	2						
91	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3						
92	3	4	3	4	3	2	5	3	2	5	2	3	4	3	2	1	3	1	1	1	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	5	5	2	3	2	3	4	3	2	4	3	3	5	5	4	3						
93	5	4	5	3	4	2	4	3	5	4	1	4	2	4	4	3	5	5	4	5	4	5	5	5	3	3	5	1	3	3	4	3	4	4	2	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	1					
94	3	2	4	3	4	2	1	1	3	2	1	2	4	3	2	2	4	3	2	1	2	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2					
95	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	5	3	5	4	3	4	3	4	3	4	3	5	4	4	4	4	4	5	3	4	4	2	4	5	5	4	1	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4					
96	4	4	5	5	4	4	4	3	4	4	3	4	5	1	4	1	5	4	3	3	3	4	4	5	5	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	3	4	4	4	5	3	3	5	5	4	4	5	5	4						
97	5	4	4	5	2	3	2	2	4	1	3	2	4	4	3	3	2	1	2	2	3	3	4	5	4	2	1	3	2	4	2	3	3	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	3	3	3	4	5	4	1	4				
98	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2
99	3	2	4	4	4	5	5	3	3	4	3	4	3	5	4	1	3	3	3	4	4	5	2	4	4	3	4	3	4	4	1	3	4	5	5	4	3	5	4	5	2	3	5	4	4	4	4	4	5	5	2					

100	4	4	3	3	2	4	5	2	2	3	3	4	4	3	4	1	4	4	2	3	3	3	4	4	4	3	2	5	4	3	3	3	4	5	3	2	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3			
101	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	3	4	4	1	4	3	4	3	4	4	2	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	3			
102	4	3	3	3	4	2	1	2	2	2	3	3	4	3	4	3	5	5	4	3	3	3	2	5	4	4	3	5	5	4	3	4	3	3	1	3	3	4	2	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4	2				
103	5	3	3	4	2	3	1	3	3	2	3	5	5	3	3	3	3	3	4	1	1	5	1	5	5	4	3	5	3	3	3	3	3	5	5	3	3	3	3	4	3	5	3	3	4	3	5	3	4					
104	5	4	4	4	5	3	4	3	4	4	4	5	5	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	2	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4				
105	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	2	4	3	2	2	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	2	4	1		
106	2	5	3	5	5	3	4	2	5	4	5	5	5	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	3	5	4				
107	4	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	2	4	4	3	4	2	3	4	5	4	3	3	4	2	1	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	5	4	2			
108	4	3	2	3	4	2	1	2	3	2	2	3	4	3	2	2	2	2	3	1	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	2	2	4	3	1	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4				
109	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	5	1	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3				
110	5	5	5	5	4	5	1	1	5	5	5	4	4	5	4	5	4	3	5	4	5	4	3	5	4	5	4	3	5	4	3	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	4	3	5	4	3	5	4	5	3				
111	5	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	4	2	2	1	4	3	2	2	1	2	2	4	4	2	3	4	3	2	1	2	2	2	3	4	4	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	2	4	3				
112	4	3	5	4	5	3	5	4	4	3	3	3	5	2	3	3	5	5	5	3	2	3	2	5	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3				
113	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	2	2	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4			
114	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	2				
115	4	2	3	4	4	2	3	2	3	4	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	5	4	3	3	4	3	4	4				
116	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	5	4	4	2	3	3	2	3	2	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4			
117	5	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	4	3	4	3	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4		
118	4	2	3	4	5	1	2	2	2	3	3	3	4	1	5	3	5	4	5	4	2	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	5	4	4	3	5	3	4	2	3	3	3	4	4	3				
119	4	2	2	4	3	1	1	2	3	1	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	3	5	4	4	3	3	4	4	3	4	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	5	4	2	2	4	2	3	3				
120	4	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	3	4	2	3	1	4	4	4	2	3	3	4	5	5	2	2	4	4	3	4	3	3	3	5	1	2	4	3	3	5	4	5	4	3	3	4	4	5	3				
121	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3			
122	4	4	4	5	4	4	3	3	3	4	4	4	3	5	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	3				
123	5	4	4	4	5	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	5	3	3	4	3	3	4	4	5	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	4	5	3	3
124	4	3	4	3	5	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	5	4	3	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	5	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3		

Anexo 10: Informe de Turnitin 7% de similitud



1760571010_TESIS_MAYTA TAPIA DENISSE DEL CARMEN.docx

2025

2025

Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::3117:513873720

Fecha de entrega

16 oct 2025, 4:31 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

21 oct 2025, 4:09 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

1760571010_TESIS_MAYTA TAPIA DENISSE DEL CARMEN.docx

Tamaño del archivo

4.1 MB

135 páginas

30.805 palabras

137.184 caracteres






7% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 6%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 3%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 6% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 3% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonomaedica.edu.pe	2%
2	Internet	hdl.handle.net	2%
3	Internet	repositorio.continental.edu.pe	<1%
4	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2016-03-15	<1%
5	Trabajos entregados	Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-07-15	<1%
6	Internet	repositorio.utelesup.edu.pe	<1%
7	Internet	www.ti.autonomaedica.edu.pe	<1%
8	Trabajos entregados	Gitam University on 2022-12-19	<1%
9	Internet	repositorio.usmp.edu.pe	<1%
10	Internet	repositorio.autonoma.edu.pe	<1%
11	Trabajos entregados	Universidad Católica San Pablo on 2022-03-24	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2016-09-27	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2019-09-02	<1%
14	Internet	bibliotecas.unsa.edu.pe	<1%
15	Publicación	Medina Mamani, Alessandra Fabiola. "Relación Entre Ansiedad y Autoestima con I...	<1%
16	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2019-10-24	<1%
17	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-07-25	<1%
18	Trabajos entregados	Universidad Peruana Los Andes on 2020-09-13	<1%
19	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2021-01-11	<1%
20	Internet	docplayer.es	<1%
21	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2017-11-30	<1%
22	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2017-11-30	<1%

Anexo 11: Evidencias fotográficas







