

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**PSICOPEDAGOGÍA**



**LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS  
ACADÉMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO  
PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN-2022**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PROMOCION DEL ROL PSICOLOGICO Y  
GESTION DEL TALENTO HUMANO**

**TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD  
PROFESIONAL EN PSICOPEDAGOGÍA**

**Tesistas:**

**RAYMUNDO DURAND, JUAN ALFREDO**

**LOPEZ SOSA, OSWALDO**

**Asesora:**

**Dra. BERAUN QUIÑONES, EDITH HAYDEE**

**Huánuco – Perú  
2023**

## **DEDICATORIA**

A Dios nuestro creador del mundo, con inmenso afecto dedico el presente trabajo a mi madre quien con su esfuerzo logro sacarme adelante, mis hermanos por su paciencia y estar conmigo siempre. A mis docentes, mis amigos y compañeros

## **AGRADECIMIENTO**

### **Mis Agradecimientos van dirigidos:**

En primer lugar, a Dios, por ser mi guía y por permitir hacer realidad mis sueños

A mis padres, por su apoyo incondicional, confianza y amor verdadero

A mi hermano, por su tiempo y su apoyo continuo

A mi asesora de tesis: Dra. Edith Beraun Quiñones, por su paciencia y su valioso tiempo

por compartir sus valiosos conocimientos para la realización de mi proyecto de tesis

A mi alma mater, Universidad Nacional Hermilio Valdizán institución que me brindó la oportunidad de desarrollar mi formación y desempeño profesional

A mis amigos y compañeros de la facultad, por todo los gratos e inolvidables momentos que pasamos juntos

Finalmente quiero agradecer a todas aquellas personas que de alguna manera hicieron posible la terminación de este trabajo y que no las mencione

**Gracias a todos.**

## Resumen

La presente investigación titulada “Las Habilidades Sociales y el Estrés Académico de los Adolescentes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022”, cuyo objetivo principal es determinar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico de los adolescentes del centro pre universitario. El presente estudio es no experimental en su modalidad correlacional, el diseño también es correlacional transversal. La población estuvo conformada por 100 adolescentes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022, y la muestra de 79 adolescentes. La técnica para la toma de datos fue la encuesta y como instrumentos se tiene dos cuestionarios que midieron a cada una de las variables, los mismos que fueron validados por expertos y cuya confiabilidad se determinó mediante el coeficiente Alfa de Cronbach.

Los resultados de acuerdo al estudio inferencial indican, el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0.618 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva muy fuerte. Donde sig. (bilateral)= 0.000<0.05; esto indica que existe relación entre las variables. Por consiguiente las habilidades sociales se correlaciona significativamente con el estrés académico de los adolescentes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. De la misma manera se obtuvo como resultado que, el 6.33% de los estudiantes tienen habilidades sociales bajo, el 89.87% regular y el 3.80% tienen habilidades sociales de nivel superior. Esto nos indica que aún en mayor porcentaje de nivel de calificación se encuentran los adolescentes en el nivel regular.

Palabras clave. Habilidades sociales, estrés académico, Estresores, Respuestas (Síntomas), Estrategias de afrontamiento.

## **Abstract**

The present research entitled "Social Skills and Academic Stress of the Adolescents of the Pre-University Center of the Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022", whose main objective is to determine the relationship between social skills and academic stress of the adolescents of the pre-university center. The present study is non-experimental in its correlational modality, the design is also cross-sectional correlational. The population consisted of 100 adolescents from the pre-university center of the Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022, and the sample consisted of 79 adolescents. The technique for data collection was the survey and the instruments used were two questionnaires that measured each of the variables, which were validated by experts and whose reliability was determined by Cronbach's Alpha coefficient.

The results according to the inferential study indicate, the Spearman's Rho correlation coefficient is 0.618 and according to the Spearman's correlation estimation scale, there is a very strong positive correlation. Where sig. (bilateral)= 0.000<0.05; this indicates that there is a relationship between the variables. Therefore, social skills correlate significantly with academic stress in adolescents of the pre-university center of the Universidad Nacional Hermilio Valdizán. In the same way, 6.33% of the students have low social skills, 89.87% have regular social skills and 3.80% have higher level social skills. This indicates that even in higher percentage of qualification level the adolescents are in the regular level.

**Key words.** Social skills, academic stress, Stressors, Responses (Symptoms), Coping strategies.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, gran parte de la población se encuentra expuesta a algún nivel de estrés debido al estrés personal, familiar, social y académico, lo que muchas veces provoca cambios a nivel emocional y físico relacionados con la existencia de problemas de desarrollo.

El estrés es un fenómeno que afecta muchas veces a las personas, causado por eventos repentinos o predecibles que alteran la salud física y mental y por ende predisponen a problemas afectivos o afectivos (González, 2006).

Por otro lado, las habilidades sociales se refieren a la capacidad de una persona para comunicarse y construir relaciones con los demás utilizando sus pensamientos y sentimientos, que se caracteriza por crear opiniones positivas, no inmiscuirse en el espacio de los demás, construir un diálogo adecuado y construir relaciones sociales más sanas (Millan, 2018).

Por lo anterior indicado, el presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal determinar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico en los estudiantes del Centro pre universitario de la Universidad Nacional de Hermilio Valdizán en el año 2022, para lo cual se busca obtener datos precisos y confiables.

La información científica, confirmando así las hipótesis propuestas entre el nivel de estrés y las habilidades sociales, a partir de la información obtenida en artículos científicos como base teórica, reveló que el nivel psicológico y físico en la población preuniversitaria se ve afectado por el estrés y el nivel de habilidades sociales.

El contenido del presente informe de investigación se conformó con la siguiente estructura: capítulo I: Planteamiento del problema; capítulo II: Marco Teórico; capítulo III: Metodología; capítulo IV: Resultados; capítulo V: Discusión; capítulo VI: conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y finalmente se describieron los anexos.

## ÍNDICE

<b>Dedicatoria</b> .....	4
<b>Agradecimiento</b> .....	5
<b>Resumen</b> .....	6
<b>Introducción</b> .....	7
<b>I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	8
1.1 Fundamentación del problema de investigación .....	8
1.2 Formulación del problema de investigación general y específicos.....	9
1.3 Formulación del objetivo general y objetivos específicos.....	10
1.4 Justificación.....	10
1.5 Limitaciones .....	13
1.6 Formulación de hipótesis general y específicas .....	13
1.7 Variables .....	14
1.8 Definición teórica y operacionalización de variables .....	14
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	18
2.1 Antecedentes de la investigación .....	18
2.2 Bases teóricas.....	20
2.3 Definición de términos básicos.....	22
2.4 Bases epistemológicas .....	23
<b>III. METODOLOGÍA</b> .....	24
3.1 Ámbito .....	24
3.2 Población .....	24
3.3 Muestra .....	24
3.4 Nivel y tipo de estudio .....	25
3.5 Diseño de investigación .....	25
3.6 Métodos, técnicas e instrumentos.....	26
3.7 Validación y confiabilidad del instrumento .....	27
3.8 Procedimiento .....	28
3.9 Tabulación y análisis estadístico de datos .....	35
3.10 Consideraciones éticas .....	39
<b>IV. RESULTADO</b>	
4.1 Presentación, análisis e interpretación de los resultados	
4.2 Resultados de las Variables Habilidades Sociales y Estrés Académico	
4.3 Estudio inferencial	

## **V. DISCUSIÓN**

<b>CONCLUSIONES</b> .....	70
<b>RECOMENDACIONES</b> .....	72
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b> .....	73
<b>ANEXOS</b> .....	85
1. Matriz de consistencia .....	85
2. Consentimiento informado .....	87
3. Instrumentos de recolección de datos .....	88
4. Constancia de similitud de la tesis .....	97
5. Acta de defensa de tesis .....	98
6. Nota biográfica .....	99
7. Autorización de publicación digital y D. J. del trabajo de Investigación..	100
8. Validación de los instrumentos por jueces .....	101



## **CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Fundamentación del problema de investigación**

En el mundo entero los problemas sociales no están desligados del rendimiento académico de los niños y jóvenes. Un joven que acude a los centros de estudios preuniversitarios que provienen de diferentes grupos sociales y ámbito geográfico con una alimentación inadecuada porque los padres no cuentan con el ingreso suficiente, pues no podrá rendir lo suficiente en las actividades académicas. Asimismo, en el mundo "uno de cada cuatro individuos sufre de algún problema grave de estrés y en las ciudades, se estima que el 50 por ciento de las personas tienen algún problema de salud mental de este tipo" (Caldera et al. 2007, p. 78)

En América Latina se presenta aún más esta situación en el que el estrés en los estudiantes que se preparan para la educación superior es una problemática que es necesario estudiar de manera profunda, ya que repercute a nivel físico, emocional y psicológico. Estudios realizados en Colombia indican que la relación entre habilidades sociales y rendimiento académico ha estimulado una importante cantidad de investigaciones en virtud de la importancia que estas habilidades han mostrado tener en el ámbito laboral (Edel, 2003). Los resultados revelan que los géneros exhiben perfiles diferentes de asociación entre las variables que indicarían que las habilidades interpersonales positivas se asocian al rendimiento académico particularmente en el caso de las mujeres. Estas evidencias son discutidas en torno al potencial impacto de los roles de género sobre la adaptación académica Torres, et al. (2020) en Ecuador estudió Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria y resultó la relación existente entre las habilidades sociales y el rendimiento académico, no como una relación directa causal, sino como factores relacionados que se atribuyen entre sí. En esta investigación, se concluye que el nivel medio de habilidades

sociales, se relaciona con el nivel medio y bajo del rendimiento académico de los estudiantes, mientras que el nivel bajo de habilidades sociales se relaciona con nivel bajo de rendimiento académico; al igual que lo encontrado por González y Quispe (2016), quienes concluyen que existe relación directa de grado medio entre habilidades sociales y rendimiento académico.

En el Perú, según estudios realizados sobre Habilidades Sociales y funcionalidad familiar, se evidencia de manera general que las habilidades sociales (HHSS) en los adolescentes se encuentran en nivel promedio con 27,9 % y con una disfunción familiar leve de 29,9%; resultados que podría limitar el desarrollo de las HHSS a un nivel alto por la interacción negativa entre sus miembros (Esteves, et al. 2020).

Esto indica que, las habilidades sociales en los adolescentes son relativamente básicas y con déficit, respecto a la funcionalidad familiar, se precisa que más de la mitad presenta algún tipo de disfuncionalidad familiar, lo que indica que dichos estudiantes requieren de un mayor incremento y reforzamiento de estas habilidades. Complementando se indica que las habilidades sociales (HHSS), son la capacidad de los individuos para organizar los pensamientos, sentimientos y acciones, algunas de estas son: expresar empatía, establecer y mantener relaciones interpersonales y resolución de problemas. Por lo tanto, el adolescente en su entorno ira manifestando ciertas conductas en las distintas situaciones que se encuentre generalmente en un entorno interpersonal, las cuales pueden ser actitudes tanto positivas como negativas. Braz, et al., (2013). Esteves, et al., (2020) en Puno estudió Habilidades Sociales en adolescentes y funcionalidad familiar, cuyos resultados patentizan que existe correlación positiva entre las variables (habilidades sociales y funcionamiento familiar), por lo que se indica que el tipo de disfunción familiar es uno de los factores que determinan el nivel de habilidades sociales en los adolescentes. De la misma manera, respecto al estrés académico Guevara (2021) en Chiclayo en su

trabajo de investigación Estrés académico y habilidades sociales durante la enseñanza remota en estudiantes del primer semestre de Senati – Chiclayo 2021, obtuvo como resultado que, del total de estudiantes que intervinieron en el estudio, el 48,7% presentaron un nivel de estrés regular, 19,7% un índice de alto estrés y, finalmente, el 31,6% mostró bajo nivel de estrés académico. Estos resultados son explicados por la alta carga académica durante los horarios de estudio, así como el difícil acceso a las plataformas digitales debido a limitaciones tecnológicas en el hogar.

El Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas (CEDRO), nos dice que las habilidades para la vida son el comportamiento que se está aprendiendo el individuo para poder enfrentar la vida en diferentes áreas como laboral, familiar y social. Mediante el aprendizaje y ejercicio de las habilidades para la vida los jóvenes suman oportunidades para unirse a la sociedad de forma productiva, saludable y sobre todo que disfruten estar en ella. Ayudará al adolescente a reconocer las metas reales, examinar sus capacidades y los recursos precisos para alcanzar los objetivos.

Con respecto a la problemática que nos ocupa se observa que en el centro pre universitario de la Universidad Hermilio Valdizán, donde se efectuó el siguiente estudio, se evidencia que existen habilidades sociales, afectando el desenvolvimiento correcto del estudiante y haciendo difícil el aprendizaje de nuevas enseñanzas. Una observación preliminar nos conduce a realizar este estudio que nos llevará a determinar cuál de nuestra dimensión componentes conductuales, componentes cognitivos y componentes fisiológicos, hace más complicado está enfermedad.

Por lo expresado, nos conduce a realizar este estudio en el centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Quedando expuesto la participación de los indicadores de las habilidades sociales, tratando de encontrar la relación con las del estrés académico y encontrar una posible solución que

ayude a mejorar a esta problemática.

Esta situación problemática que se ha detectado en los estudiantes pre universitarios tienen múltiples causas y de diferente índole, pero para este estudio se ha elegido el estrés académico como causa fundamental de tener menores habilidades sociales en los alumnos pre universitarios. Asimismo, existen diversas causas tales como: las aptitudes innatas, poco relacionamiento con las personas para adquirir las destrezas sociales, el haber crecido en ambientes solitarios en el cual no se tuvo suficientes oportunidades para calibrar comportamientos de los demás y finalmente otra causa que no se haya desarrollado desde la infancia hábitos de estar cómodo en compañía de personas adecuadas.

Si los estudiantes del nivel pre universitario tienen pocas habilidades sociales y persiste el problema de estrés académico, habrá más proclive de desarrollar trastornos psicológicos tales como la depresión o la ansiedad. Asimismo, se puede aumentar gran probabilidad de consumir sustancias adictivas que permite paliar de una u otra manera la realidad que le agrada vivir.

## **1.2 Formulación del problema de investigación general y específicos.**

### **1.2.1. Problema de investigación general**

¿Cuál es la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?

### **1.2.2. Problemas de investigación específicos**

1. ¿Cuál es relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?
2. Cuál es la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre

universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?

3. ¿Cuál es la relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?

### **1.3 Formulación del objetivo general y específicos**

#### **Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022

#### **Objetivo Específico**

1. Determinar la relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán
2. Definir la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán
3. Interpretar la relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

### **1.4 Justificación**

El presente estudio pretenderá aportar una mejor el manejo y afrontamiento del estrés académico y mejorar las habilidades sociales de los adolescentes de un centro pre universitario. El presente estudio de investigación se tiene en cuenta como un trabajo de importancia social ya que se aportará una solución a los adolescentes de dicho centro. Colaborando para la mejora del manejo del estrés académico y las habilidades sociales para lograr una mejora calidad de vida.

A nivel teórico, este estudio nos aportará una mirada más amplia hacia el conocimiento que se tiene sobre el estrés académico y las habilidades sociales, lo que origina las mismas y las mejoras que se pueden conseguir en el correcto manejo de ellas, nos ayudará a fortalecer, estudiar más a fondo y el análisis del estrés académico y las habilidades sociales a nivel académico con los adolescentes del centro pre universitario.

A nivel práctico, nos aportará una implementando una mejora, manejo y solución al estrés que se produce por muchas veces la falta de manejo de las circunstancias que lo originan y las habilidades sociales fortalecerlas y darles mejor aplicación a las mismas. El presente estudio se podrá reproducir, porque marcará un precedente a futuras investigaciones que buscar obtener más conocimiento sobre las variables que estamos tratando como interfieren en la vida de los adolescentes del centro pre universitario.

A nivel metodológico se aplicará instrumentos de última actualización en el campo de la psicológica que nos ayudará a obtener los resultados con la confiabilidad, veracidad y asertividad que nos brindará unas conclusiones más exactas y eficaces para los aportes que deseamos dar en futuras investigaciones sobre este campo.

Esta investigación servirá de enlace para proyectos venideros y ayudará a los colegas que deseen dar solución concreta a las problemáticas a la cual estamos ocupándonos, que contengan las mismas variables y puedan usar este estudio como un aporte de colaboración y que tenga relevancia para aportar una mejora importante.

## **1.5 Limitaciones**

Las limitaciones presentes en este estudio fueron las siguientes:

- Las variables no fueron estudiadas en conjuntos en la

ciudad de Huánuco.

- Existe escasa información y limitaciones teóricas sobre el estrés académico.
- La situación actual sobre la pandemia nos hace un poco complicada la movilización para poder tomar el muestreo de nuestro estudio.

## 1.6 **Formulación de hipótesis general y específica**

### **Capítulo 2 Hipótesis General**

Capítulo 3 Existe relación entre habilidades sociales y estrés académico en un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

### **Capítulo 4 Hipótesis Específico**

1. Existe relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.
2. Existe relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán
3. Existe relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán

## 1.7 **Variabes**

### **Variable 1: Habilidades Sociales**

#### **Definición conceptual**

Según indica Santos et al. (2018) es un conjunto de estrategias de conducta y las capacidades que son de ayuda para resolver una situación social de manera efectiva, buscando el beneficio para sí mismo y para los demás.

#### **Definición operacional**

Mide las percepciones de los propios estudiantes sobre sus habilidades sociales, las cuales se determinarán con el cuestionario de habilidades sociales de Goldstein.

## **Variable 2: Estrés Académico**

### **Definición conceptual**

Zárate et al. (2017) conceptualiza como un “conjunto de intervenciones de carácter fisiológico, emocional, cognitiva - conductual frente a estímulos y algunos procesos académicos” (p. 92). Es decir, hace referencia a la sobrecarga que exige un esfuerzo adaptativo por parte del estudiante para responder al desequilibrio entre la carga académica, el horario, el medio laboral y los recursos institucionales.

### **Definición operacional**

Se refiere al estrés que presentó los estudiantes durante la enseñanza remota y en la presente investigación se medirá mediante el cuestionario CISCO SV - 21.

## **1.8 Definición teórica y operacionalización de variables**

### **Capítulo 5**



## Operacionalización del instrumento

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Habilidades Sociales	Santos et al. (2020) es un conjunto de estrategias de conducta y las capacidades que son de ayuda para resolver una situación social de manera efectiva, buscando el beneficio para sí mismo y para los demás.	Mide las percepciones de los propios estudiantes sobre sus habilidades sociales la cual se determinará con un cuestionario de Arnold Goldstein, que consta de 30 ítems.	Primeras Habilidades sociales	Nivel de capacidad de escucha.	1-2	Instrumento de Habilidades sociales de Goldstein
				Nivel de capacidad para iniciar una conversación.	3	
				Nivel de mantener una conversación.	4-5	
				Nivel de agradecimiento.	6	
				Nivel de empatía.	7-6	
			Habilidades Sociales avanzadas	Nivel de solicitud de ayuda.	9	
				Nivel de participación.	10	
				Nivel de aceptación y producción de instrucciones.	11	
				Nivel de capacidad de disculpa.	12	
				Nivel de convencimiento.	13-14	
			Habilidades relacionadas con los sentimientos	Nivel de autoconocimiento afectivo.	15-16	
				Nivel de empatía a los sentimientos ajenos.	17-18	
				Nivel de afecto.	19	

				Nivel de auto recompensa.	20-21	
				Grado de capacidad de compartir.	22	
			Habilidades alternativas a la agresión	Nivel de autocontrol.	23-24	
				Nivel de persuasión	25	
				Nivel de respuesta al fracaso	26	
				Grado de confrontación	27	
				Nivel de presión grupal	28-30	
Estrés Académico	Zárate et al. (2017) conceptualiza como un “conjunto de intervenciones de carácter fisiológico, emocional, cognitiva - conductual frente a estímulos y algunos procesos académicos” (p. 92). Es decir, hace referencia a la sobrecarga que exige un esfuerzo adaptativo por parte del estudiante para responder al desequilibrio entre la carga académica, el horario, el medio laboral y los recursos institucionales.	Se refiere al estrés que presentan los estudiantes en el contexto de pandemia medido por el cuestionario SISCO del estrés académico y consta de 21 ítems.	Estresores	Número de tareas asignadas	1	Cuestionario estrés académico – SISCO SV-21
				Grado de disconformidad con el ambiente de estudio	2	
				Grado de conflictos con los compañeros	3	
				Número de horas asignadas a realizar tareas.	4	
				Número de evaluaciones.	5	
				Nivel de competitividad grupal.	6	
				Nivel de responsabilidad.	7	
			Síntomas	Nivel reacciones físicas.	8-9	
				Nivel de reacciones conductuales.	11-12	
				Nivel de reacciones psicológicas.	13-14	
Afrontamiento	Nivel de asertividad.	15-17				
	Nivel de autoelogio.	18-21				

## **CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO REFERENCIAL**

### **2.1 Antecedentes de la investigación**

#### **Antecedentes Internacionales**

Cobiellas y Góngora (2020). Estrés Académico y Depresión Mental en Estudiantes de Primer Año de Medicina. Cuba. El objetivo fue determinar los niveles de estrés académico y depresión mental en estudiantes de primer año de medicina, los instrumentos utilizados fueron la Escala de depresión como rasgo, Escala para valorar el nivel de estrés y la Escala sintomática de estrés y el tipo de investigación no experimental, correlacional. Se aplicó en una muestra de 732 estudiantes, llegando a la conclusión que existe una relación significativa  $p < 0,05$ .

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y nos brinda un dato importante que es el estrés académico y la depresión se relacionan.

Vidal et al. (2018). Diferencias de Estrés y Afrontamiento del Mismo Según el Género y Cómo Afecta al Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios. España. El objetivo fue examinar las diferencias de género en el nivel de estrés académico, de estresores académicos y de estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios y evaluar la relación entre los niveles de estrés y el rendimiento académico, los instrumentos utilizados el Inventario SISCO del estrés académico y también se recogió la nota media de expediente académico de los estudios de grado, el tipo de investigación no experimental, correlacional. Se aplicó en una muestra de 162 estudiantes, llegando a la conclusión de que el 96.1% de las mujeres y 88.2% de los hombres presentan niveles de estrés académico,

las evaluaciones de los profesores y el tipo de trabajo que piden los profesores son los estímulos estresores que muestran una diferencia estadística significativa  $p=0.008$ , las que captan mayor estrés son las mujeres,  $p=0.005$ .

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y nos da un dato muy importante que es, el estrés y el rendimiento académico no tienen relación.

Berrios et al. (2020). Influencia del Género en las Relaciones entre Inteligencia Emocional, Estrés Académico y Satisfacción de los Estudiantes. España. El objetivo de este estudio fue analizar el papel el género en la relación entre la Inteligencia Emocional (EI), el estrés académico y la satisfacción de vida los instrumentos utilizados fue Wong and Law, 2002, Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS), The Satisfaction with lifeScala (SWLS), el tipo de investigación fue descriptivo. Se aplicó en una muestra de 333 estudiantes, llegando a la conclusión que a mayor inteligencia emocional se tiene menos estrés académico y mayores niveles de satisfacción en la vida, el posible efecto protector de la IE sobre el estrés académico es mayor en las chicas, el efecto beneficioso de la IE sobre la satisfacción vital es mayor en los chicos. La inteligencia emocional protege más a las mujeres del estrés académico que a los hombres.

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y nos dice que el estrés académico se puede regular de alguna manera con la inteligencia emocional.

Holst et al. (2017). Las Habilidades Sociales y sus diferencias en Estudiantes Universitarios. México. El objetivo de este estudio fue obtener validez de constructo de la Escala de

habilidades sociales e identificar sus diferencias en estudiantes universitarios, los instrumentos utilizados fueron Escala de Habilidades Sociales, el tipo de investigación correlacional. Se aplicó en una muestra de 200 estudiantes, llegando a la conclusión de que las habilidades sociales son necesarias para obtener relaciones interpersonales satisfactorias, ayuda a obtener muchas capacidades, experiencia y conocimiento. Se determinó también que los hombres buscan soluciones más prácticas que las mujeres.

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables en estudio y nos refiere que las habilidades sociales nos ayudan a tener más capacidades, mejorar las experiencias y conocimientos.

Gelabert y Muntaner (2017). Estrés Académico y Emociones Académicas en Estudiantes Universitarios. España. El objetivo de este estudio fue determinar la relación entre el estrés académico y emociones académicas en los estudiantes universitarios, los instrumentos utilizados fueron la Escala del Estrés Académico y la Escala de Emociones Académicas de Pekrun, el tipo de investigación correlacional. Se aplicó en una muestra de 173 estudiantes, llegando a la conclusión de los estudiantes que se estresan con las homologaciones, esto quiere decir horarios, presentaciones de trabajo exámenes, más son los estudiantes masculinos, las mujeres presentan más emociones negativas y los estudiantes masculinos presentan más emociones positivas.

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de la variable en estudio y nos dice que los estudiantes masculinos se estresan más con el tiempo de entrega de trabajos y obligaciones de presentaciones en tiempo y las estudiantes mujeres suelen conservar los sentimientos negativos.

Ruiz et al. (2020) relacionaron las habilidades comunicativas

y sociales en estudiantes de una Universidad de España, mediante un estudio correlacional aplicaron el Test de Escucha Activa y el Test de Empatía Cognitiva y Afectiva en 917 participantes. Las mujeres tuvieron el puntaje más alto en la dimensión de escucha activa, mientras que los hombres puntuaron más alto en la Escala de Empatía General. Los estudiantes con preferencia por una especialidad clínica, presentaron escalas más altas en escucha activa y habilidades empáticas, en comparación con los estudiantes con preferencia en especialidad quirúrgica.

Concluyeron que los estudiantes de medicina poseen buenas habilidades comunicativas y sociales; y existe asociación entre género, empatía y habilidades de escucha activa.

### **Antecedentes Nacionales**

Pena (2018). Estrés Académico y Agresividad en Estudiantes de Educación Secundaria de un Colegio Particular y Estatal de Punta Negra. Perú. El objetivo de este estudio fue determinar la relación entre el estrés académico y la agresividad en adolescentes de nivel secundario de dos instituciones educativas particulares y estatal de Punta Negra, los instrumentos utilizados fueron Cuestionario de agresividad (AQ) de Buss y Perry y el Cuestionario de estrés académico SISCO, el tipo de investigación es no experimental, de diseño descriptivo correlacional. Se aplicó en una muestra de 302 estudiantes, llegando a la conclusión de que el estrés académico y la agresividad tienen una relación débil y positiva  $p < .05$   $Rho = .166$ . Estrés académico y la dimensión agresividad física y verbal existe una correlación débil y positiva  $p < .05$   $Rho = .125$ ; el estrés académico y la dimensión ira  $p = .016$   $Rho = .139$ ; el estrés académico y la dimensión hostilidad existe una correlación débil y positiva  $p < .05$   $Rho = .105$ .

Aktan y Khorshid (2021) evaluaron el nivel asociativo entre las habilidades comunicativas y el estrés percibido en los alumnos de

enfermería durante la primera experiencia clínica. Es un estudio descriptivo transversal que se realizó con 225 estudiantes de enfermería, mostrando un alto nivel de destrezas comunicativas en los alumnos y un nivel de estrés moderado (90,7%); el 24% presentaron dificultad de comunicación social; el 77% con impacto negativo en el estrés, es decir, se necesitan habilidades de comunicación efectivas para minimizar el alto estrés experimentado en la práctica clínica.

Sandoval (2021) Un estudio relacionado determinó el alcance de la relación entre las habilidades sociales y la dependencia emocional entre los estudiantes de la Universidad de Ambato. Se administró el Inventario de Habilidades Sociales de Goldstein y el Inventario de Dependencia Afectiva de Lemos y London a 260 estudiantes. Los resultados mostraron que las habilidades sociales tempranas y avanzadas, las habilidades afectivas y las habilidades de planificación no estaban asociadas con la dependencia emocional.

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y porque nos informa un dato importante que el estrés académico tiene relación débil con la agresividad.

Albán (2018). Autoestima y Estrés Académico en Estudiantes de una Universidad de Lima Sur. Perú. El objetivo de este estudio fue determinar la relación entre la autoestima con el estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur, los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Autoestima de Coopersmith (SEI) y el Inventario SISCO para el estrés académico de Barraza, el tipo de investigación fue no experimental de tipo correlacional. Se aplicó en una muestra de 802 estudiantes, llegando a la conclusión de que existe una correlación baja, inversa y altamente significativa entre el autoestima y el estrés académico  $p=0,000$   $Rho=-0,376$ ; autoestima y estresores existe una relación

negativa inversa  $Rho=,325$ ; autoestima y físico existe una relación negativa inversa  $Rho= -,320$ ; autoestima y psicológico existe una relación negativa inversa  $Rho=,397$ ; autoestima y comportamental existe una relación negativa inversa  $Rho=,351$ ; autoestima y afrontamiento existe una relación negativa inversa  $Rho=,136$ .

Palacio et al., 2016. Existen dos enfoques para el estudio del estrés: el enfoque clásico basado en el componente psicosomático, y el otro, denominado enfoque del estrés. Asimismo, al hablar de tipos de estrés, se debe aclarar que la ocurrencia del estrés depende de la fuente, si es causado por presión laboral, ambiente laboral, se denomina estrés laboral, si es causado por presión laboral, ambiente laboral, etc. Si es provocada por presión laboral, ambiente de trabajo, etc., se denomina presión laboral, en cambio, si es provocada por presión docente, carga estudiantil, exámenes, presión profesional, etc. esto se llama presión académica, razón por la cual se realiza este estudio.

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y porque nos informa un dato interesante la autoestima y el estrés académico tienen muy poca relación.

Piñares (2019). Acoso Escolar y Habilidades Sociales en Adolescentes de una Institución Educativa Estatal de San Juan de Miraflores. Perú. El objetivo de este estudio fue determinar si existe relación entre acoso escolar y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa estatal de San Juan de Miraflores, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero (EHS) y el Autotest de Cisnero de Acoso Escolar de Piñuel y Oñate, el tipo de investigación fue no experimental de tipo correlacional. Se aplicó en una muestra de 805 estudiantes, llegando a la conclusión de que existe una relación negativa significativa inversa  $Rho=-,330$



Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y porque nos dice que a más habilidades sociales menos acoso escolar y viceversa.

Mayorga y Salas (2017). Estilos de Socialización Parental y Habilidades Sociales en Adolescentes de una Institución Educativa de Lima Sur. Perú. El objetivo fue determinar la relación entre estilos de socialización parental y habilidades sociales de los adolescentes de 4to y 5to año de secundaria de una Institución Educativa Privada del distrito de Villa María del Triunfo de Lima Sur, los instrumentos utilizados fueron la Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero (EHS) y el Inventario de Estilos de Socialización Parental (ESPA29) de Musitu y García y el tipo de investigación fue no experimental de tipo descriptivo correlacional. Se aplicó en una muestra de 300 estudiantes, llegando a la conclusión que no hay relación existente entre los estilos de socialización parental y habilidades sociales obteniendo  $p=0.63$ .

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables de estudio y porque nos refiere que los estilos de socialización Parental son independientes de las habilidades sociales que posee el individuo.

Rosales (2016). Estrés Académico y Hábitos de Estudio en Universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima – Sur. Perú. El objetivo fue establecer la relación que existe entre el estrés académico y los hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología del I al IV ciclo de un centro de formación superior de Lima – Sur, los instrumentos utilizados fueron el Inventario SISCO de Estrés Académico y el Inventario de Hábitos de Estudio CASM - 85 y el tipo de investigación fue no experimente, correlacional. Se aplicó en una muestra 337 estudiantes, llegando a la conclusión que existe una correlación significativa débil de

Rho=, 285; hábitos de estudio con relación a estresores Rho=,251; síntomas físicos Rho=0,237; síntomas psicológicos Rho=,251; síntomas comportamentales Rho=,276.

Finalmente, Rehana (2018) explica que la inteligencia emocional es una habilidad fundamental para que los estudiantes de todos los niveles de educación tengan éxito académico en entornos altamente estresantes y, por lo tanto, la emoción es la capacidad de comprender y expresar sentimientos.

Ramachandiran y Dhanapal (2018) asocian el contexto escolar como un factor causal de estrés académico, el cual repercute en la salud mental del estudiante y en su relación con el ambiente externo. Por su parte Adams (2016) identifica que el apoyo social y la escucha activa son estrategias conjuntas que garantizan la disminución del estrés en los jóvenes y adultos.

De hecho, la inteligencia emocional se centra en las habilidades sociales, la autoconciencia, la empatía, la autorregulación, la autogestión, las relaciones y el trabajo en equipo.

Afirmar que las personas con alta inteligencia emocional son creativas y exitosas.

Este antecedente se tomó en consideración porque contiene una de las variables en estudio y porque nos dice que si hay una relación entre el estrés académicos y lo hábitos de estudio.

Kiema et al. (2020) establecieron si las habilidades sociales pueden prevenir el agotamiento y fomentar el involucramiento de los estudiantes mediante el apoyo social y el establecimiento de relaciones interpersonales entre compañeros y maestros en Finlandia. Con un estudio correlacional aplicaron el Study Burnout Inventory (SBI-9) y el test de habilidades sociales en 351 estudiantes universitarios; el 70,5% fueron mujeres. Los principales resultados reflejan un alto grado de asociatividad entre mayores habilidades sociales y menor desgaste y mayor compromiso. Los mayores niveles de compromiso se asociaron con un menor

desgaste. Concluyendo que las habilidades sociales podrían idear una manera para incrementar el grado de compromiso y reducir el agotamiento.

## **2.2 Bases teóricas**

### **Habilidades Sociales**

Habilidades sociales es la variable de estudio la cual ampliaremos más sobre nuestro constructo para poder tener mayor conocimiento sobre el mismo citando diferentes escuelas y referencias sobre la misma.

Definición Conceptual: Conjunto de respuestas verbales y no verbales, que son parcialmente independientes frente a situaciones específicas y mediante las cuales una persona expresa en un contexto interpersonal sus sentimientos, necesidades, preferencias de manera no aversiva, manteniendo el respeto hacia los demás. (Gismero, 2022).

Piaget (1967) refiere que el ser humano, individuo, da significado a su vida por intermedio de las relaciones con los pares, su interacción con los mismo, lo que quiere decirnos que como se desempeñe estas habilidades sociales se desarrollarán más, consiguiendo mayor destreza en la administración de estas.

Caballo (1993) define las habilidades sociales como las maneras por las cuales “de expresar, desear, sentir y pensar los sentimientos positivos o negativos respetando las opiniones de los demás”. Explica que tiene niveles y componentes de las habilidades sociales, detallar que la “observación, identificary el entrenamiento de las habilidades sociales, estas categorías se dividían en los siguientes elementos como: “los comportamientos sociales, componentes motores, cognitivos y psicofisiológicos, los mismo tienen señal en el área escolar.

Campo et al. (2009), refieren que las habilidades sociales han comprobado el nexo entre la competencia social y la salud física —

mental al tener en cuenta las habilidades sociales como una actitud que protege, como un índice de que el crecimiento de la persona es óptimo y dan calidad de vida y un conducto significativo para el rendimiento académico.

Braz et al. (2013), dicen que las habilidades sociales son de comportamiento de tipo social activos en el individuo, que ayuda a su desenvolvimiento social y así ayudando a su asertividad para relacionarse con otras personas. En las importantes características está “el comportamiento de naturaleza multidimensional, la especificidad situacional y su carácter aprendido”. Estas características ayudan a que el individuo pueda manejar de mejor manera las circunstancias que puedan surgir e integrarse en la interacción con los pares.

Ocadiz (2015) cita a Bandura (1963), quien indica que parte del principio de que se puede aprender a través de la observación, es decir, otra persona realiza la acción y experimenta sus consecuencias.

### **Estrés Académico**

Estrés Académico es la variable de estudio la cual ampliaremos más sobre nuestro constructo para poder tener mayor conocimiento sobre el mismo citando diferentes escuelas y referencias sobre la misma.

Rojas (2020) refiere que el estrés es una palabra que sirve para expresar casi todos los estados de ánimo que existen en el individuo. Según los psicoanalistas, el estrés responde a un cuadro de ansiedad, o neurosis, o trastorno de ansiedad generalizado. Refiere también que en el psicoanálisis el estrés se considera como causante no es externa al individuo. Al tener estrés el individuo no piensa bien, no puede elaborar nada correctamente sin ser consciente de ello ya que lo hace inconscientemente.

Piaget (1967) hace hincapié a la “capacidad de adaptación a situaciones nuevas” y nos hace referencia a la función adaptativa del conocimiento, a su vez esta función la divide en dos modalidades: la asimilación, que es adquirir experiencias y aprendizaje nuevo y la acomodación que es el cambio de esquemas para regular a nuevos proyectos. Cuando se pierde el control de uno de estos procesos el individuo produce estrés.

Berrio y Mazo (2011) en su artículo de investigación sobre Estrés Académico presenta información significativa sobre el estrés académico en donde indica "... el estrés está presente en todos los medios y ambientes, incluido el educativo, en donde se centra el objetivo de esta discusión; de ahí que los psicólogos, los docentes y los padres de familia, hayan identificado la necesidad de conocer las implicaciones que tiene sobre el rendimiento de los estudiantes..."

### 2.3 Definición de términos básicos

- **Habilidades.** La habilidad es la capacidad, tanto física como mental, de llevar a cabo una determinada acción frente a una situación dada. Dentro del campo de las ciencias sociales y las humanidades especialmente, bajo el área de la psicología cognitiva, se ha debatido ampliamente acerca del concepto de las habilidades del ser humano, a saber, si estas son innatas o adquiridas, de qué manera llegan a desarrollarse.
- **Sociales.** grupo de personas que comparten una misma cultura que interactúan entre sí para conformar una comunidad.
- **Estrés.** conjunto de reacciones fisiológicas que se presentan cuando una persona sufre un estado de tensión nerviosa, producto de diversas situaciones en el ámbito laboral o personal: exceso de trabajo, ansiedad, situaciones traumáticas que se hayan vivido, el individuo hoy en la actualidad está sometido a variadas tareas que llegan a dañar la resistencia natural. (Ander-Egg, 2016).

- **Académico.** Es todo lo que se relaciona con una academia, instituto de enseñanza sistematizada que entrega certificación de estudios cursados y aprobados, en cualquier rama del saber: artístico, literario, científico o técnico.
- **Adolescencia**  
Etapa en la vida que comienza terminando la niñez y terminando en la edad adulta. Esta etapa se inicia aproximadamente a los diez o doce años. (Ander-Egg, 2016).

## 2.4 Bases epistemológicas, bases filosóficas y/o bases antropológicas.

Capítulo 6 Las variables de este estudio son habilidades sociales y estrés académico.

### **Habilidades sociales.**

Aunque la vieja dimensión relacionada con el comportamiento de lo social ha preocupado siempre, no fue hasta mediados de los años 1970 cuando el campo de las habilidades sociales consiguió su mayor difusión y, en la actualidad sigue siendo objeto de estudio e investigación. Los orígenes de las habilidades sociales se remontan a Salter, hacia 1949, que es considerado uno de los padres de la terapia de conducta, y que desarrolló en su libro *Conditioned Reflex Therapy* (seis técnicas para habilidades). Nacieron así diversos estudios basados en los inicios de la denominada terapia de conducta de Salter.

Blanco (2019) indica que las habilidades sociales son aquellos comportamientos eficaces en situaciones de interacción social. Las habilidades sociales son un arte de relacionarse con las personas y el mundo que le rodea. Son conductas adecuadas para conseguir un objetivo ante situaciones sociales específicas.

### **Estrés Académico.**

Debido a la amplitud de los ámbitos en los que se presenta el estrés, se empezaron a realizar en el siglo XX numerosas investigaciones sobre el tema, aplicadas en los diferentes ámbitos en los que se produce este fenómeno, incluyendo, por supuesto, el

educativo.

En este sentido, los tipos de estrés suelen ser clasificados tomando como base la fuente del estrés (...), en ese sentido se puede hablar del estrés amoroso y marital, del estrés sexual, del estrés familiar, del estrés por duelo, del estrés médico, del estrés ocupacional, del estrés académico, del estrés militar y del estrés por tortura y encarcelamiento (Barraza, 2005, p. 3)

Este modelo propuesto por Barraza (2005; 2006; 2007a; 2007b; 2008; Barraza y Silerio, 2007), se sustenta en la teoría general de sistemas de Colle, y en el modelo transaccional del estrés de Richard Lazarus. El modelo se constituye por tres hipótesis:

a) Hipótesis de los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico: enfatiza la definición de sistema abierto, que implica un proceso relacional sistema-entorno. Por tanto, los componentes sistémicos-procesuales del estrés académico se refieren al constante flujo de entrada (input) y salida (output) que presentan todos los sistemas para lograr su equilibrio. Dichos componentes del estrés académico son tres: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento

b) Hipótesis del estrés académico como estado psicológico: el estrés académico es un estado esencialmente psicológico porque presenta estresores mayores (amenazan la integridad vital del individuo y son ajenos a su valoración) y estresores menores (se constituyen en tales por la valoración que la persona hace de ellos). En general, un estresor es un "estímulo o situación amenazante que desencadena en el sujeto una reacción generalizada e inespecífica"

Barraza (2005; 2006; 2007b; 2008; Barraza, 2007; Barraza y Silerio, 2007) recopilan el siguiente grupo de estresores presentes en el estrés académico, y hacen un paralelo con los propuestos en un estudio anterior.

c) Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico: los indicadores o síntomas de la situación estresante (desequilibrio sistémico) se clasifican como reacciones físicas, psicológicas y comportamentales



## **CAPÍTULO III METODOLOGÍA**

### **3.1 Ámbito**

La aplicación de la investigación se llevó a cabo en el Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, se enmarca dentro del tipo de investigación descriptiva en el cual la población estudiantil han sido participantes de este estudio.

El universo estuvo dado por los estudiantes pre universitarios de las especialidades de Psicología, Enfermería y Obstetricia, lo cual asciende a 650 estudiantes pre universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.

La población objeto de estudio (muestra) se dió por grupo de estudiantes pre universitarios seleccionados aleatoriamente y que son pre universitarios de las especialidades de Psicología, Enfermería y Obstetricia.

### **3.2 Población**

La población se le conoce como a la totalidad de casos limitados y accesibles, con características similares y que responden a un objetivo particular de un estudio.

Sanchez et al. (2018) Conjunto formado por todos los elementos que posee una serie de características comunes. Es el total de un conjunto de elementos o casos, sean estos individuos, objetos o acontecimientos, que comparten determinadas características o un criterio; y que se pueden identificar en un área de interés para ser estudiados, por lo cual quedarán involucrados en la hipótesis de investigación. Cuando se trata de individuos humanos es más adecuado denominar población; en cambio, cuando no son personas, es preferible denominarlo universo de estudio.

De la misma manera Danel (2015), define como “población que es el conjunto sobre el que estamos interesados en obtener conclusiones y acerca de la cual queremos hacer inferencias.

En el presente estudio se trabajará con una población constituida

por 800 alumnos adolescentes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Cuadro 1

Población del centro pre universitario de la Universidad Hermilio Valdizán

CARRERA PROFESIONAL	SEXO		TOTAL
	HOMBRES	MUJERES	
PSICOLOGIA	20	15	35
ENFERMERIA	20	15	35
OBSTETRICIA	15	15	30
TOTAL	55	45	100

### 3.3 Caracterización de los sujetos a investigar: Muestra teórica

#### Muestra

Danel (2015), refiere que muestra “es la parte de la población a la que tenemos acceso y sobre el que realmente hacemos las observaciones (mediciones) debe ser “representativo” formado por miembros “seleccionados de la población.

Hernández, et al 2014. Es un subgrupo de la población o universo que requiere delimitar la población para generalizar resultados y establecer parámetros.

Para determinar la muestra se ha utilizado la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{NE^2 + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

$n$ = Tamaño de la muestra a buscar

$p$ = Cantidad de personas a favor=0.5

$q$ = cantidad de personas que no están de acuerdo= 0.5

$E$ = Máximo error de estimación = 0.05

$Z$ = Valor de la tabla de distribución normal con un nivel de confianza de 95% = 1.96

$N$ = Total de población = 100

Luego de haber reemplazado en la fórmula, se obtuvo la muestra del estudio de 79 estudiantes del nivel pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco

### **3.4 Nivel, tipo y diseño de estudio** **Nivel de Estudio.**

El presente estudio es de nivel descriptivo correlacional.

#### **Tipo de estudio**

Estudio básico – de enfoque cuantitativo – prospectivo.

De acuerdo con Hernández y Mendoza (2018) los estudios básicos se encargan de aumentar los conocimientos de los aspectos fundamentales de la realidad que se está investigando. Sin cambiarla ni modificarla.

Respecto al enfoque cuantitativo, se refiere al uso especial de la estadística para comprobar una hipótesis planteada, asimismo sigue un proceso específico y sistemático (Hernández y Mendoza, 2018).

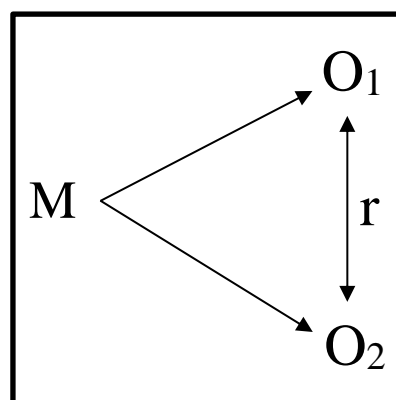
Prospectivo, porque se recopiló información en el presente mediante la aplicación de cuestionarios (Hernández y Mendoza, 2018).

### **3.5 Diseño de investigación**

Para la presente investigación se utilizó el diseño de investigación descriptivo correlacional, debido a que se observará y se describirá los fenómenos en su contexto natural, y luego se analizará dicho fenómeno, esto significa que no se manipula las variables de estudio. Este diseño surge cuando al investigador le interesa establecer si al moverse una variable se mueven con ella otras variables, este diseño advierte al investigador si las variables de dicho estudio se hallan relacionadas estadísticamente o no.

Este diseño permite conocer si se relacionan las variables de manera estadística en forma directa, inversa o si no existe relación entre las variables. (Hernández, 2010).

El esquema del diseño es el siguiente:



M : 241 estudiantes del centro preuniversitario

O1 : Habilidades Sociales

O2 : Estrés académico

r : Relación de variables

### 3.6 Método, técnicas e instrumentos

## **Método**

Se empleó el método científico, porque permitirá buscar la verdad partiendo de la formulación del problema, con el propósito de descubrir la esencia de los fenómenos y su respectiva relación; del planteamiento de hipótesis, objetivos, técnicas e instrumentos; así mismo para analizar e interpretar los resultados, formulación de las conclusiones y propuestas de las sugerencias (Sánchez et al., 2018).

El método específico que se utilizará el método descriptivo, se encarga de analizar e interpretar de forma sistemática los hechos o fenómenos y las variables que las caracterizan a cada una de ellas. Estudia al fenómeno en su forma actual y natural, es por ello que se tiene un control directo mínimo de las variables, por esta razón es discutible la validez interna. A través de este método se puede identificar, describir y conocer la naturaleza real del fenómeno de estudio, sin manipular o emplear un tratamiento para dicho fenómeno (Sánchez y Reyes, 2018).

## **Técnica**

Según Hernández, (2018) Recolectar los datos conlleva a elaborar un plan detallado de procedimientos que nos conduzcan a reunir datos con un propósito específico. Entre las principales técnicas e instrumentos de recolección de datos se encuentran, la entrevista, la observación, la obtención de los documentos o antecedentes

Para recabar los datos se aplicará las encuestas a los estudiantes del nivel pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco, considerando las dimensiones, lo que permiten la consecución de la información para ambas variables, habilidades sociales y estrés académico de los adolescentes.

La encuesta: Son las preguntas que aplica el investigador en forma escrita a la población determinada para el estudio de acuerdo a la muestra, esto se realiza con el objetivo de recoger información de conformidad al objetivo y a las dimensiones planteadas.

### **Instrumentos**

Un instrumento de recolección de datos que utilizó el investigador es lo que indica Hernández y otros (2018). La escala de Likert es que asume que los ítems o afirmaciones miden la actitud hacia un único concepto subyacente, si se van a medir actitudes hacia varios objetos, deberá incluirse una escala por objeto, aunque se presenten conjuntamente, pero se califica por separado. Este método nos permite utilizar el instrumento o encuesta impreso, lo cual nos va brindar resultados sobre el problema de investigación y que los estudiantes del nivel pre universitario llenen por sí mismo. Con el instrumento se recabará la información relacionada según los cuestionarios y los ítems sobre la variable habilidades sociales y el estrés académico de los adolescentes de nivel pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco.

El uso de una escala tipo Likert, al asignar un valor numérico a la cuantificación de las diferentes alternativas del cuestionario, lo cual se realiza con rigurosidad de la estadística, que permitirá generar equivalentes numéricos cuantificables en términos de elementos cualitativos; por tal razón son recomendados para medir las dimensiones de las variables de habilidades sociales y estrés académico de los estudiantes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, cuyas escalas son:

1 si nunca utilizas bien la habilidad.

2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.

3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.

4 si utilizas a menudo bien la habilidad

5 si utilizas siempre bien la habilidad

**Propósito:** Establecer la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico.

**Significación:** Una calificación se considera máxima o mínima de acuerdo al número de respuestas que se logra. Para el presente caso la calificaciones mínima de 30 y la calificación más alta es de 150. Un puntaje máximo nos indica un horizonte SUPERIOR y un puntaje mínimo un horizonte BAJO.

**Grupo de referencia:** La herramienta está destinado a los estudiantes del nivel Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. Específicamente a los alumnos de las especialidades de Psicología, Enfermería y Obstetricia.

**Extensión:** La aplicación del cuestionario entre habilidades sociales y estrés académico consta de 58 items. La duración de aplicación de respuestas del cuestionario es de una hora.

**Material a utilizar:** Un ejemplar de preguntas con su descripción para cada uno de las variables y dimensiones.

**Interpretación:** Los rangos de interpretación para cada variable se muestran a continuación:

#### **Variable Habilidades Sociales**

Bajo (30-70)  
Regular (70-110)  
Superior (110-150)

#### **Variable Estrés Académico**

Bajo (28-66)  
Regular (66-103)  
Superior (103-140)

### **3.7 Validez y confiabilidad**

#### **3.7.1 Validez**

De acuerdo con Hernández, Fernandez y Babtista (2010), la validez es la determinación en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir. Para determinar la validez de los instrumentos se realizó una revisión por pares con la participación de expertos profesionales que laboran en la Escuela de Post Grado, quienes verificaron la validez de los instrumentos y aseguraron que cumplieran con los siguientes indicadores: correlación, claridad y pertinencia.

#### **Tabla 1**

Resultados de Validación: Habilidades Sociales

Expertos	Especialidad	Determinación
Mag. Leo Cisneros Martinez		Válido

Mag. Celia Martinez Morales	Válido
Mag. Elizabeth Chavez Huamán	Válido

Como se muestra en la tabla, se ha realizado la validación de los instrumentos de la variable habilidades sociales, cuya determinación de los expertos y especialistas en su recomendación es determinación válida.

**Tabla 2**

Resultados de validación de instrumento: Estrés Académico

Expertos	Especialidad	Determinación
Mag. Leo Cisneros Martinez		Válido
Mag. Celia Martinez Morales		Válido
Mag. Elizabeth Chavez Huamán		Válido

En cuanto a variable Estrés Académico, habiendo sido verificado por el juicio de expertos y especialistas, han determinado como válido el cuestionario de la variable indicada.

### 3.8 Confiabilidad

Para prueba piloto de los instrumentos se trabajó con 20 trabajadores que no participaron en la muestra.

La fiabilidad es obtener la excelencia confiabilidad y consistencia de los datos y resultados que se obtiene cuando se aplica el instrumento a la población seleccionada. Para calcular, se efectuó Alfa de Cronbach para aplicar las variables y su determinación se realizó de acuerdo a la escala de Cronbach.

Tabla 3

Nivel de confiabilidad de la variable Habilidades Sociales

#### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	78	98,7
	Excluido <sup>a</sup>	1	1,3
	Total	79	100,0

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

#### Estadísticas de fiabilidad



Alfa de Cronbach	N de elementos
,783	30

Conforme a lo obtenido y al cuadro de comparación de la escala de Alfa de Cronbach, se tuvo como resultado igual a 0.783, cuyo resultado nos indica como excelente confiabilidad.

**Tabla 4**  
Nivel de confiabilidad de estrés académico

#### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	78	98,7
	Excluido <sup>a</sup>	1	1,3
	Total	79	100,0

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

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,919	28

Con los resultados obtenidos y el cuadro de comparación de la escala de Alfa de Cronbach, se tuvo como resultado igual a 0.919, cuyo resultado nos indica que hay una excelente confiabilidad, esto permite aplicar para la obtención de datos.

### 3.9 Procedimiento

**Las tablas estadísticas.** - Nos permitió presentar datos ordenados y así facilitar su entendimiento, se construirán tablas estadísticas

**Gráficos de columnas o barras.** - Permite relacionar las puntuaciones con sus respectivas frecuencias, es propio de un nivel de medición por intervalos, es más indicado y más comprensible.

### 3.10 Categorización y análisis de datos

Para el análisis y la descripción de los datos se utilizó las tablas del programa Excel, también las tablas de contingencias con

frecuencias y porcentajes obtenidos con el programa estadístico SPSS 26. También se hará uso de la estadística inferencial para la comprobación de hipótesis, se aplicará el estadígrafo rho de Spearman para la correlación de las variables.

### **3.11 Consideraciones éticas**

En esta investigación las personas que formarán parte de la muestra serán informados del estudio y sus padres tienen que brindar su consentimiento. Asimismo, existirá confidencialidad de los datos de las personas que formaran parte del presente estudio.

Finalmente, el presente estudio será original, es decir no contendrá párrafos copiados de ningún otro estudio anterior.

## CAPÍTULO IV RESULTADOS

### 3.1 Presentación, análisis e interpretación de los resultados

El propósito de este capítulo es contar, presentar, sintetizar y analizar los datos obtenidos durante la investigación; estos resultados nos permitirán demostrar las hipótesis de investigación. Cuyos resultados nos van permitir demostrar el objetivo general y específico planteado en la investigación.

El conteo es un método de información estadística que examina, clasifica y procesa la información utilizando procedimientos estadísticos y determina la frecuencia.

La presentación es también un método estadístico en el que se crean tablas y resultados estadísticos, lo que permite un examen exhaustivo y robusto de los resultados obtenidos.

Al elaborar los cuadros también denominado como tablas tienen por finalidad de consolidar y acomodar los datos de manera que podamos visualizar resultados y que nos permitan realizar un análisis sobre los objetivos planteados.

La sinterización de resultados es una agregación que nos permite expresar de manera general las características numéricas de una serie o grupo de datos estadísticos. Además, analiza datos usando tablas y gráficos y compara con resultados previamente calculados usando programas estadísticos. Los siguientes procedimientos y pruebas de análisis estadístico se han utilizado con fórmulas basadas en el diseño de investigación.

#### 3.1.1 Resultados de las Variables Habilidades Sociales y Estrés Académico

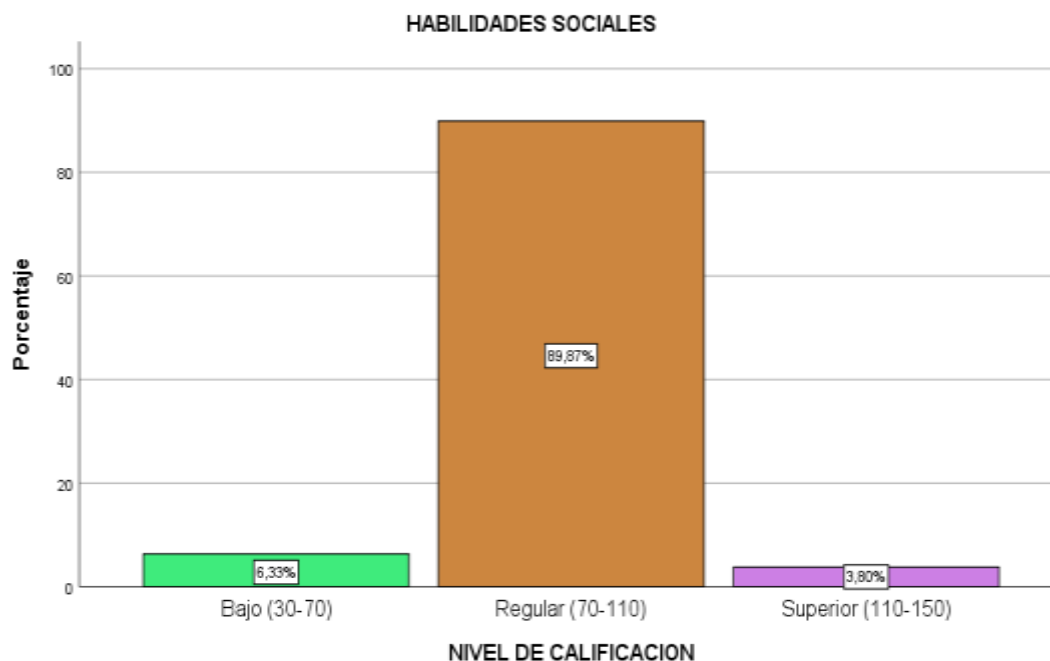
Tabla 5

Recuento y porcentajes de la variable Habilidades Sociales de los Adolescentes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022

<b>HABILIDADES SOCIALES</b>					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo (30-70)	5	6,3	6,3	6,3
	Regular (70-110)	71	89,9	89,9	96,2
	Superior (110-150)	3	3,8	3,8	100,0
	Total	79	100,0	100,0	

Gráfico 1

Porcentajes de la variable Habilidades Sociales de los Adolescentes del Centro



Luego de haber aplicado el instrumento de Habilidades Sociales a los estudiantes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco-2022, se obtuvo como resultado que, el 6.33% de los estudiantes tienen Habilidades Sociales Bajo, el 89.87% regular y el 3.80% tienen habilidades sociales de nivel superior. Esto nos indica que aún en mayor porcentaje de nivel de calificación se encuentran en el nivel regular.

Las habilidades sociales de los estudiantes están directamente relacionadas con el rendimiento académico porque se desarrollan a través del aprendizaje de los maestros, los padres y la comunidad; este hecho permite que sus calificaciones sean regulares a buenas en su profesión.

**Tabla 6**

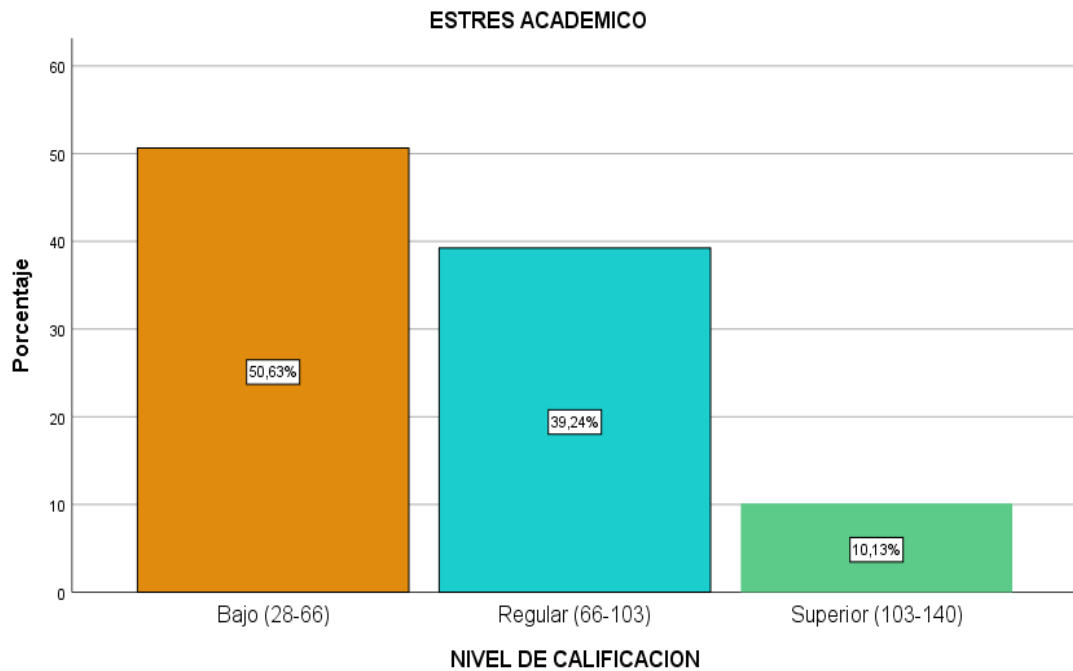
Recuento y porcentajes de la variable Estrés Académico de los Adolescentes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022

**ESTRES ACADEMICO**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo (28-66)	40	50,6	50,6	50,6
	Regular (66-103)	31	39,2	39,2	89,9
	Superior (103-140)	8	10,1	10,1	100,0
	Total	79	100,0	100,0	

**Gráfico 2**

Porcentajes de la variable Estrés Académico de los Adolescentes del Centro Pre



Luego de haber aplicado el instrumento de Estrés Académico a los estudiantes del Centro Pre Universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco-2022, se obtuvo como resultado que, el 50.63% de los estudiantes tienen Estrés Académico Bajo, el 39.24% regular y el 10.13% tienen estrés académico de nivel superior. Esto nos indica que aún en mayor porcentaje de nivel de calificación se encuentran en el nivel regular.

### 3.1.4 Estudio inferencial

#### a. Estadísticos de acuerdo al tamaño de la muestra

Para determinar qué técnica estadística usar, considere el tipo de variable con la que está trabajando, ya que ambas tienen niveles ordenados de medición.

Con base en estas características, se utilizaron métodos estadísticos no probabilísticos para analizar las variables categóricas correspondientes a estas variables ordinales.

Para analizar relaciones en variables ordinales y cuando el tamaño de la muestra es  $n < 30$  el estadístico seleccionado fue la rho de Spearman, estadístico que analiza las relaciones entre variables de tipo ordinal.

Luego, para determinar el tipo de correlación que existe entre ambas variables o entre dimensiones, se utilizó el siguiente baremo de interpretación del coeficiente de correlación:

<b>VALOR</b>	<b>SIGNIFICADO</b>
+/-1.00	Correlación positiva y negativa perfecta
+/-0.80	Correlación positiva y negativa muy fuerte
+/-0.60	Correlación positiva y negativa fuerte
+/-0.40	Correlación positiva y negativa moderada

+/-0.20 Correlación positiva y negativa débil  
 0.00 Probablemente no existe correlación

**b. Objetivo general:**

Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022

Tabla 7

			<b>Correlaciones</b>	
			HABILIDADES SOCIALES	ESTRES ACADEMICO
Rho de Spearman	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	1,000	,618**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	79	79
	ESTRES ACADEMICO	Coeficiente de correlación	,618**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	79	79

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

**Interpretación**

El coeficiente rho Spearman hallado es  $r_s = 0,618$  con una significación bilateral de  $p = 0,000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva fuerte.

**Hipótesis general**

Capítulo 7 Existe relación entre habilidades sociales y estrés académico en un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

**Capítulo 8 Planteamiento de Hipótesis estadística**

Capítulo 9 Ho: No Existe relación entre habilidades sociales y estrés académico en un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Capítulo 10 Ha: Existe relación entre habilidades sociales y estrés

académico en un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Capítulo 11 Nivel de significancia=0.05

### Capítulo 12 Regla de decisión

Capítulo 13 Si  $p\_valor < 0.05$ , Acepta la  $H_0$ , se rechaza la hipótesis alterna

Capítulo 14 Si  $p\_valor > 0.05$ , Acepta la  $H_0$ , se rechaza la hipótesis alterna

### Capítulo 15 Conclusión

Capítulo 16 Como el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0.618 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva muy fuerte. Donde sig. (bilateral)=  $0.000 < 0.05$ ; esto indica que existe relación entre las variables. Finalmente concluimos que las habilidades sociales se relacionan significativamente con estrés académico de los estudiantes centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

#### c. Objetivo Específico 1:

Capítulo 17 Determinar la relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán

Capítulo 18 Tabla 8

			HABILIDADES SOCIALES	Síntomas o reacciones
Rho de Spearman	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	1,000	,454**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	79	79
	Síntomas o reacciones	Coeficiente de correlación	,454**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	79	79

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

## **Capítulo 19 Interpretación**

Capítulo 20 El coeficiente rho Spearman hallado es  $r_s = 0.454$  con una significación bilateral de  $p = 0.000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva moderada.

## **Capítulo 21 Hipótesis Específico 1**

Existe relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

## **Capítulo 22 Planteamiento de Hipótesis estadística**

$H_0$  No Existe relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

$H_1$  Existe relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Nivel de significancia=0.05

### **Regla de decisión**

Si  $p\_valor < 0.05$ , Rechaza la  $H_0$ , se acepta alterna

Si  $p\_valor > 0.05$ , Acepta la  $H_0$ , se rechaza la hipótesis alterna

### **Conclusión**

Como el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0.454 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva moderada. Donde sig. (bilateral)= 0.000.

**d. Objetivo Específico 2:**

Definir la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán

Tabla 9

## **Correlaciones**



			HABILIDADES SOCIALES	Estímulos estresores
Rho de Spearman	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	1,000	,581**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	79	79
	Estímulos estresores	Coeficiente de correlación	,581**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	79	79

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

#### Interpretación:

El coeficiente rho Spearman hallado es  $r_s = 0,581$  con una significación bilateral de  $p = 0.000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva fuerte.

#### Hipótesis específica 2

Existe relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán

#### Planteamiento de Hipótesis estadística.

Ho No Existe relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán

H2 Existe relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán

#### Nivel de significancia=0.05

#### Regla de decisión

Si  $p\_valor < 0.05$ , Rechaza la Ho, se acepta alterna

Si  $p\_valor > 0.05$ , Acepta la Ho, se rechaza la hipótesis alterna

#### Conclusión

Como el coeficiente Rho de Spearman es de 0.581 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva débil. Donde sig. (bilateral)= 0.000 < 0.05; esto indica que existe relación

entre las variables. Finalmente concluimos que las habilidades sociales se correlacionan con el estrés académico de los alumnos del centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

**e. Objetivo Específico 3:**

Interpretar la relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Tabla 10

			<b>Correlaciones</b>	
			HABILIDADES SOCIALES	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	1,000	,393**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	79	79
Estrategias de afrontamiento	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,393**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	79	79

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

**Interpretación:**

El coeficiente rho de Spearman hallado es  $r_s = 0,393$  con una significación bilateral de  $p = 0,000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva moderada.

**Hipótesis específica 3**

Existe relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

**Planteamiento de Hipótesis estadística**

$H_0$  No Existe relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

H<sub>3</sub> Existe relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

**Nivel de significancia=0.05**

**Regla de decisión**

Si  $p\_valor < 0.05$ , Rechaza la Ho, se acepta alterna

Si  $p\_valor > 0.05$ , Acepta la Ho, se rechaza la hipótesis alterna

**Conclusión**

Como el coeficiente Rho de Spearman es de 0.393 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva débil. Donde sig. (bilateral)= 0.000 < 0.05; esto indica que existe relación entre las variables. Finalmente concluimos que las habilidades sociales se correlacionan con el estrategia de afrontamiento de los alumnos del centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

## CAPÍTULO V DISCUSIÓN

En el estudio de investigación, se ha planteado como objetivo, Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022.

Habiendo obtenido los resultados de investigación existe relación entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2022, debido a que, como el coeficiente de correlación Rho de Spearman es de 0.618 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva fuerte. Además, el nivel de significancia es 0.000; esto indica que existe relación entre ambas variables. Asimismo las habilidades sociales se correlaciona significativamente con el estrés académico de los estudiantes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán-2020. Contrastando y habiendo aplicado la encuesta de Habilidades Sociales a los estudiantes de la Universidad Hermilio Valdizán de Huánuco, el 6.33% de los estudiantes indican que las habilidades sociales son bajas, el 89.87% manifestaron que las habilidades sociales es regular y solo el 3.80% de los estudiantes indicaron que es superior. Entonces podemos afirmar que aún en buen porcentaje de estudiantes de la Universidad cuenta con habilidades sociales de manera regular. En cuanto al estrés académico a los estudiantes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco, se obtuvo como resultado que, el 50.63% tiene estrés académico bajo, el 39.24% regular y solamente el 10.13% de los estudiantes resultaron con estrés académico superior de la casa superior de estudios del nivel pre universitario. Este resultado nos indica que en gran porcentaje de estudiantes no sufren de mayor estrés académico del centro pre universitario de la universidad Hermilio Valdizán de Huánuco.

Los resultados tienen coincidencia con lo indicado por Aktan y Khorshid (2021), donde también demostraron una relación significativa pero directa entre ambas variables. Además, demostraron que los niveles de estrés

pueden escalar a proporciones significativas en algunos estudiantes presentándose síntomas de ansiedad, depresión o aislamiento, el mismo fenómeno se demuestra a través de la contrastación de hipótesis en la tabla 7 con un índice de correlación de  $-0,618$ . Los autores, también, señalaron que el rendimiento académico depende de múltiples factores, dos de los cuales son la motivación y el estrés. Este último es cualquier acontecimiento que represente un desafío o una amenaza al bienestar de una persona y se puede experimentar en cualquier lugar, ya sea en casa o incluso en la institución educativa en el cual siguen sus estudios los jóvenes.

Por otro lado, es importante el enfoque de Sandoval (2021), quien mostró que las diferentes dimensiones de las habilidades sociales están directamente relacionadas con el juicio emocional de los estudiantes y, de hecho, también sugirió que las habilidades sociales pueden prevenir el agotamiento y aumentar la participación de los estudiantes al aumentar el apoyo social y mejorar las relaciones con los compañeros de clase y los maestros. Debido al alto índice de correlación, su contribución pudo contrastar con los resultados obtenidos en este estudio y confirmó la hipótesis de una relación entre las dos variables.

Finalmente, Rehana (2018) explica que la inteligencia emocional es una habilidad fundamental para que los estudiantes de todos los niveles de educación tengan éxito académico en entornos altamente estresantes y, por lo tanto, la emoción es la capacidad de comprender y expresar sentimientos. De hecho, la inteligencia emocional se centra en las habilidades sociales, la autoconciencia, la empatía, la autorregulación, la autogestión, las relaciones y el trabajo en equipo.

En respuesta al primer objetivo específico, en el gráfico 2, se determinó el nivel de habilidades sociales en los alumnos del nivel pre universitario de la universidad en estudio; en el cual, el 50.63% de los estudiantes tienen Estrés Académico Bajo, el 39.24% regular y el 10.13% tienen estrés académico de nivel superior. Estos constructos se relacionan con los apartados de Palacio et al. (2016) que hace referencia a la incapacidad de establecer estrategias que permitan manejar adecuadamente los cuadros de estrés

severo en alumnos de cualquier nivel de instrucción. En efecto, la implementación de programas de seguimiento o estrategias garantiza un bienestar social en el estudiante permitiendo interacción y comprensión con terceros.

Por su parte, Ramachandiran y Dhanapal (2018) Contrariamente a sus creencias, explican que el estrés académico entre los estudiantes de educación superior es un problema mundial. La educación superior se convierte en una fuente de estrés a medida que los estudiantes se adaptan a un nuevo entorno educativo y social. Por lo tanto, las 26 fuentes comunes de estrés académico son la presión familiar, la carga financiera, la competencia de clase y la presión del curso conducido por el docente. De hecho, los factores estresantes pueden causar problemas físicos y mentales como falta de energía, pérdida de apetito, dolores de cabeza, problemas para dormir o problemas gastrointestinales esto se evidencia en nuestro estudio con el resultado del gráfico 2 indica que casi el 39.24% presenta un regular nivel de estrés académico.

Definir la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Un enfoque que refuerza estos resultados, es el expuesto por Kiema et al. (2020) quien identificó el papel fundamental de las habilidades sociales para reducir el agotamiento y aumentar la participación y el compromiso de los estudiantes a través de estrategias interpersonales.

De hecho, el aprendizaje de cada estudiante se basa en procesos cognitivos y sociales.

Por lo tanto, las habilidades sociales de los estudiantes juegan un papel importante para el rendimiento escolar.

Por otro lado, Ruíz et al. (2020) sugirieron que el desarrollo de habilidades sociales y blandas puede optimizar la comunicación y la escucha activa entre profesores y estudiantes y entre estudiantes para que la información pueda transmitirse completamente.

Además, las futuras instituciones educativas apuntan a desarrollar de manera más precisa las habilidades y competencias blandas basadas

en el conocimiento, la experiencia, los valores y el carácter creado en la práctica educativa.

Esta experiencia permitirá a los alumnos desarrollar las cualidades y habilidades para abordar cualquier tipo de problema y proponer iniciativas innovadoras y educativas de alto impacto social. Concordante con el objetivo 2, planteado en donde se busca determinar, la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán; cuyo resultado obtenido con el coeficiente Rho de Spearman es de 0.581 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva débil. Pero, el sig. (bilateral)= 0.000 <0.05; esto indica que existe relación entre las variables. Concluyendo que las habilidades sociales se correlacionan con el estrés académico de los alumnos del centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

Finalmente, para el adecuado análisis del tercer objetivo específico se logró establecer la relación entre las dimensiones de habilidades sociales y la estrategia de afrontamiento en adolescentes del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Por su parte, la dimensión de estrategia de afrontamiento en adolescentes también posee el coeficiente Rho de Spearman es de 0.393 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva débil. Donde sig. (bilateral)= 0.000 <0.05; esto indica que existe relación entre las variables. Llegando a determinar que las habilidades sociales se correlacionan con la estrategia de afrontamiento de los alumnos del centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán. Estos resultados pueden explicarse por la contribución de Aktan y Khorsid (2021), quienes concluyeron que las estrategias de afrontamiento son construcciones psicológicas que se refieren a conocimientos, habilidades y comportamientos estratégicos que las personas utilizan para manejar las emociones que surgen en situaciones estresantes.

Los resultados del análisis de la encuesta lo confirmaron, ya que la dimensión "Estrategias de afrontamiento" mostró un índice positivo y moderado de habilidades sociales (0,393).

## **CONCLUSIONES**

1. Se determina que las habilidades sociales se correlacionan con estrés académico de los estudiantes del nivel pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco, debido a que el Rho de Spearman es de 0.618 y de acuerdo al baremo de estimación de la correlación de Spearman, existe una correlación positiva muy fuerte. Donde sig. (bilateral)= 0.000<0.05; esto indica que existe relación entre las variables.
2. Existe relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, debido a que el coeficiente rho Spearman hallado es  $r_s = 0.454$  con una significación bilateral de  $p = 0.000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva moderada.
3. Se determina la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, debido a que, El coeficiente rho Spearman hallado es  $r_s = 0,581$  con una significación bilateral de  $p = 0.000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva fuerte.
4. Se determina que existe la relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, debido a que, el coeficiente rho de Spearman hallado es  $r_s = 0,393$  con una significación bilateral de  $p = 0.000$  por tanto el coeficiente hallado es significativo, y de acuerdo al índice de interpretación el coeficiente hallado indica una correlación positiva moderada.



## RECOMENDACIONES

1. Se recomienda que el programa de segunda especialidad en psicología educativa fomente la investigación sobre las habilidades sociales y el estrés académico, ya que demuestran conexiones y relaciones; además se encuentra nuevas herramientas de evaluación y nuevas recomendaciones adaptadas al entorno de la educación superior universitario.
2. Se recomienda que la Oficina de Bienestar Estudiantil de la Universidad y la facultad de psicología, organice cursos psicológicos sobre el manejo del estrés, que pueden incluir los siguientes contenidos: relajación física y mental, control emocional, respiración y técnicas de evitación.
3. Se recomienda a los responsables de la orientación académica y del departamento psicología organizar seminarios sobre inteligencia socioemocional para desarrollar las habilidades sociales de los estudiantes, como la empatía, la confianza en sí mismos, el liderazgo transformacional, la cooperación con diferentes personas de diferentes culturas y el trabajo virtual.
4. A la Dirección y Proyección Universitaria, se sugiere que los departamentos docentes implementen estrategias y habilidades basadas en la mejora de los hábitos de aprendizaje de los estudiantes y lograr una metodología integral y horizontal, para lo cual los estudiantes deben involucrarse activamente en la planificación de las asignaturas y la organización de un taller sobre el currículo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ander-Egg, E. (2016) Diccionario de Psicología. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1214/1/Ander-Psicolog%C3%ADa%203ra%20ed.pdf>
- Alban, J. (2018). Autoestima y Estrés Académico en Estudiantes de una Universidad de Lima Sur. Recuperado en: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/560/JACQUELINE%20ALBAN%20GOMEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aktan, G. G., & Khorshid, L. (2021). Communication skills and perceived stress of nursing students during first clinical experience. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 24(2), 202-211. <https://doi.org/10.17049/ataunihem.648549>
- Barraza, A. & Silerio, J. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: un estudio comparativo [Versión electrónica]. *INED*, 7, 48-65.
- Berrios, M., Martos R., Martos R. Influencia del Género en las Relaciones entre Inteligencia Emocional, Estrés Académico y Satisfacción de los Estudiantes. *Know and Share Psychology*. Vol. 1. N° 4. España. <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/4341/4240>.
- Blanco, E. (2019) Artículos de Investigación. Las habilidades Sociales. *Revista Clínica de Psicoterapia y Personalidad*. Recuperado en: <https://psicologosoviedo.com/especialidades/ansiedad/habilidades-sociales/#definicion-de-habilidades-sociales>
- Berrío, N. y Mazo, R. (2011) Artículos de Investigación- Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. Recuperado en: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-)



Recuperado en:  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2219-71682020000100016](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682020000100016)

- Gonzales, A. & Quispe, P. (2016). Habilidades sociales y rendimiento Académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación - Universidad Nacional del Altiplano - Puno Perú. Recuperado en:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645612>.
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). **Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta**, Ciudad de México, México: Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p.
- Guevara, M. (2021) Estrés académico y habilidades sociales durante la enseñanza remota en estudiantes del primer semestre de Senati – Chiclayo. Recuperado en:  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78341/Guevara\\_GMDP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78341/Guevara_GMDP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Gelabert J. y Muntaner A. (2017). Estrés Académico y Emociones Académicas en Estudiantes Universitarios. Revista Internacional de Aprendizaje en Educación Superior. Vol. 4 N° 1. España.  
<https://journals.eagora.org/revEDUSUP/article/view/1367/959>
- Gismero González E. (2022). Escala de Habilidades Sociales. Editorial Tea. España.
- Gutierrez, A. Enfoque de Habilidades para la vida. CEDRO.  
[http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesp\\_aralavidamanualdeconceptos16agosto.pdf](http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesp_aralavidamanualdeconceptos16agosto.pdf).
- Kiema, H., Hintsanen, M., Soini, H., & Pyhältö, K. (2020). The role of social skills in burnout and engagement among university students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 50(18).  
<https://doi.org/10.25115/ejrep.v18i50.2728>

- Holst, I., Galicia Y., Gómez G. y Degante A. (2017). Las Habilidades Sociales y sus diferencias en estudiantes universitarios. Revista Especializada en Ciencias de la Salud. Vol. 20. N°2. México. <https://www.medigraphic.com/pdfs/vertientes/vre-2017/vre172c.pdf>
- Mayorga, L. y Salas M. ( 2017) Estilos de socialización parental y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3052180>.
- Ocadiz, I. (2015). Resumen “Aprendizaje y Comunicación Social en Niños de 3 a 5 años” Desde la teoría de Albert Bandura. Boletín Científico De La Escuela Superior Atotonilco De Tula, 2(3). <https://doi.org/10.29057/esat.v2i3.1448>.
- Palacio, O. M., Palacio, A. M., Blanco, Y. O. V., Palacio, M. M., & Roblejo, Y. P. (2016). Estrés académico: Causas y consecuencias. MULTIMED, 17(2), Article 2. <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/302>
- Pena, K. (2018). Estrés académico y agresividad en estudiantes de educación secundaria de un colegio particular y estatal de Punta Negra. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3052415>.
- Piaget, J. (1967). Biología y Conocimiento. Editorial Siglo XXI. París. Francia. [https://www.uma.es/Psicologia/docs/eudemon/analisis/estres\\_afrentamiento\\_y\\_adaptacion.pdf](https://www.uma.es/Psicologia/docs/eudemon/analisis/estres_afrentamiento_y_adaptacion.pdf)
- Piñares, H. (2019). “Acoso Escolar Y Habilidades Sociales En Adolescentes De Una Institución Educativa Estatal De San Juan De Miraflores”. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/730/Pinares%20Reyes%2c%20Hellen%20Teresa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Ramachandiran, M. & Dhanapal, S. (2018). Academic Stress Among University Students: A Quantitative Study of Generation Y and Z's Perception. Pertanika Journal SOCIAL SCIENCES & HUMANITIES 26 (3).

[http://www.pertanika.upm.edu.my/resources/files/Pertanika%20PA  
PERS/JS  
SH%20Vol.%2026%20\(3\)%20Sep.%202018/51%20JSSH-2949-  
2018.pdf](http://www.pertanika.upm.edu.my/resources/files/Pertanika%20PA%20PERS/JS%20Vol.%2026%20(3)%20Sep.%202018/51%20JSSH-2949-2018.pdf)

Rehana, R. (2018). Relationship between Emotional Intelligence and Academic Stress of University Students. Journal of Research in Social Sciences 6 (2).

[https://www.proquest.com/openview/ed19e13a6953907279cd235  
dba4ceee](https://www.proquest.com/openview/ed19e13a6953907279cd235dba4ceee/c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2030756) c/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2030756

Rojas, P. (2020). El estrés. Dra. Pilar Rojas. España. [https://www.pilarrojas.com/psicoanalisis/ansiedad/53-  
estres.html#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20ps%C3%ADquico%2  
0se%  
20relaciona,o%20trastorno%20de%20ansiedad%20generalizada](https://www.pilarrojas.com/psicoanalisis/ansiedad/53-estres.html#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20ps%C3%ADquico%20se%20relaciona,o%20trastorno%20de%20ansiedad%20generalizada)

Rosales, J. (2016). Estrés Académico y Hábitos de Estudio en Universitarios de la Carrera de Psicología de un Centro de Formación Superior Privada de Lima – Sur. Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma de Perú. [http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/R  
OSAL ES%20FERNANDEZ.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf)

Sandoval, J. F. (2021). Habilidades sociales y dependencia emocional en estudiantes de una facultad de una Universidad de Ambato – Ecuador [Tesis Maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2343208>

Sanchez, H., Reyes C., Mejía K. (2018) Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Recuperado en: [https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-  
investigacion.pdf](https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf)

Santos – Morocho, José. (2018). Habilidades sociales y rendimiento académico en estudiantes de Psicología.7.(p.1-11.)

Torres, S. Hidalgo, G. Suarez, K. (2020) Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. [Tesis

de posgrado, Universidad Nacional de Loja, Ecuador].  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642020000300009&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642020000300009&script=sci_arttext)

Vidal, J., Muntaner, A. y Sampol, P. ( 2018). Diferencias de Estrés y Afrontamiento del Mismo Según el Género y cómo Afecta al Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios. <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/3369/3073>.

Zárate, N.; Soto, M.; Castro, M. & Quinteros, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: medidas preventivas. *Revista de la Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4), 92-98. <https://scielo.isciii.es/pdf/fem/v21n3/2014-9832-fem-21-3-153.pdf>

## Anexo

### Anexo 1 – Consentimiento informado

#### Capítulo 23 DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

D. /Dña. ...., de ..... años de edad y con DNI N° .....

Manifiesto que he leído y entendido la hoja de información que se me ha entregado, que he hecho las preguntas que me surgieron sobre el proyecto y que he recibido información suficiente sobre el mismo.

Comprendo que mi participación es totalmente voluntaria, que puedo retirarme del estudio cuando quiera sin tener que dar explicaciones y sin que esto repercuta en mis cuidados médicos.

Presto libremente mi conformidad para participar en el Proyecto de Investigación titulado **“LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN”**.

He sido también informado/a de que mis datos personales serán protegidos e incluidos en un fichero que deberá estar sometido a y con las garantías del Reglamento General de Protección de Datos (RGPD), que entró en vigor el 25 de mayo de 2018 que supone la derogación de Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre referidos a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales

Tomando ello en consideración, OTORGO mi CONSENTIMIENTO para cubrir los objetivos especificados en el proyecto.

Huánuco , ..... de .....de 20



## CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL ESTUDIO:

**Título del Proyecto:**  
**Investigador Principal:**

Yo,

---

(Nombre y apellidos en MAYÚSCULAS)

Declaro que:

- He leído la hoja de información que me han facilitado.
- He podido formular las preguntas que he considerado necesarias acerca del estudio.
- He recibido información adecuada y suficiente por el investigador abajo indicado sobre:
  - Los objetivos del estudio y sus procedimientos.
  - Los beneficios e inconvenientes del proceso.
  - Que mi participación es voluntaria y altruista
  - El procedimiento y la finalidad con que se utilizarán mis datos personales y las garantías de cumplimiento de la legalidad vigente.
  - Que en cualquier momento puedo revocar mi consentimiento (sin necesidad de explicar el motivo y sin que ello afecte a mi atención médica) y solicitar la eliminación de mis datos personales.
  - Que tengo derecho de acceso y rectificación a mis datos personales.

**CONSIENTO EN LA PARTICIPACIÓN EN EL PRESENTE ESTUDIO**

**SÍ                      NO**

**(marcar lo que corresponda)**

**Para dejar constancia de todo ello, firmo a continuación:**

Fecha .....

Firma.....

Nombre investigador .....

Firma del investigador.....

**APARTADO PARA LA REVOCACIÓN DEL CONSENTIMIENTO**

Yo,

.....  
revoco el consentimiento de participación en el proceso, arriba firmado.

Firma y Fecha de la revocación

## FICHA TÉCNICA

### A. NOMBRE

Escala de habilidades sociales, estresores y síntomas

### B. OBJETIVOS

El siguiente cuestionario tiene como objetivo de obtener información sobre habilidades sociales de los estudiantes del Nivel Pre Universitario de la Universidad Hermilio Valdizán de Huánuco

### C. ADMINISTRACION

Individual

### D. DURACION

15 minutos

### E. SUJETOS DE APLICACIÓN

Estudiantes del Nivel Pre Universitario de la Universidad Hermilio Valdizán, de las especialidades de Psicología, Enfermería y Obstetricia

### F. TECNICA

Observación

Test

### G. PUNTUACION Y ESCALA DE CALIFICACION

PUNTUACION NUMÉRICA	RANGO O NIVEL
1	Nunca
2	Casi Nunca
3	Casi siempre
4	Siempre

### H. DIMENSIONES E INDICADORES

DIMENSIONES	INDICADORES
Primeras Habilidades sociales	Nivel de capacidad de escucha.
	Nivel de capacidad para iniciar una conversación.
	Nivel de mantener una conversación.
	Nivel de agradecimiento.
	Nivel de empatía.
Habilidades Sociales avanzadas	Nivel de solicitud de ayuda.

	Nivel de participación.
	Nivel de aceptación y producción de instrucciones.
	Nivel de capacidad de disculpa.
	Nivel de convencimiento.
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Nivel de autoconocimiento afectivo.
	Nivel de empatía a los sentimientos ajenos.
	Nivel de afecto.
	Nivel de auto recompensa.
	Grado de capacidad de compartir.
Habilidades alternativas a la agresión	Nivel de autocontrol.
	Nivel de persuasión
	Nivel de respuesta al fracaso
	Grado de confrontación
	Nivel de presión grupal
Estresores	Número de tareas asignadas
	Grado de disconformidad con el ambiente de estudio
	Grado de conflictos con los compañeros
	Número de horas asignadas a realizar tareas.
	Número de evaluaciones.
	Nivel de competitividad grupal.
	Nivel de responsabilidad.
Respuestas (Síntomas)	Nivel reacciones físicas.
	Nivel de reacciones conductuales.

	Nivel de reacciones psicológicas.
Estrategias de Afrontamiento	Nivel de asertividad.
	Nivel de autoelogio.

## Anexo 2 – Instrumentos

Escala de habilidades Sociales (EHSA)

Nombre y Apellido .....

Edad .....

Sexo: ..... Fecha .....

### INSTRUCCIONES

A continuación, lea cada oración y conteste según sea conveniente. Recuerda que no hay respuestas malas o buenas y lo importante es que contestes con sinceridad. Las opciones a contestar son las siguientes:

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

Habilidades sociales	1	2	3	4	5
1. ¿Presta atención a la persona que está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?					
2. ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?					
3. ¿Habla con otras personas sobre cosas que interesan ambos?					
4. ¿Determina la información que necesita y se le pide a la persona adecuada?					
5. ¿Permite que los demás sepan que agradece favores?					
6. ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?					
7. ¿Ayuda a los demás que se conozcan entre sí?					

8. ¿Dice que le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?					
9 ¿Pide que le ayuden cuando tiene alguna dificultad?					
10. ¿ ¿Elegir la mejor forma para integrarse en un grupo o participar en una determinada actividad?					
11.¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?					
12. ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?					
13. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?					
14. ¿Intenta persuadir a los demás que sus ideas son mejores y serán de mayor utilidad que de las de otra persona?					
15 ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?					
16¿Permite que los demás conozcan lo que siente?					
17¿Intenta comprender lo que sienten los demás?					
18¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?					
19 ¿Permite que los demás sepan que se preocupa o se interesa por ellos?					
20 ¿Piensa porque está asustado y hace algo para disminuir su miedo?					
21 ¿Se dice a sí mismo o hace cosas agradables cuando se merece su recompensa?					
22 ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego le pide a la persona indicada?					
23 ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?					
24 ¿Ayuda a quién necesita?					
25 ¿Llegó a establecer un acuerdo que satisfaga tanto a sí mismo como a quienes tienen posturas diferentes?					

26 ¿Controla su carácter de modo que no se le escapen las cosas de la mano?					
27 Defender los propios derechos ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?					
28 ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás te hacen bromas?					
29 ¿Se mantiene al margen de las situaciones que le pueden ocasionar problemas?					
30 ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?					

## FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre: escala de habilidades sociales de Goldstein

Autor: (Matamoros et al., 2014)

Adaptado: Flores (2016)

Administración: autoadministrado

Duración: 25 minutos

Significación: habilidades sociales

Dimensiones e indicadores

Primeras habilidades sociales: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8.

Habilidades sociales avanzadas: 9, 10, 11, 12, 13 y 14

Habilidades relacionadas con los sentimientos: 15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21

Habilidades alternativas a la agresión: 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29 y 30

Habilidades de planificación 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50

Escalas de respuestas: Escala Likert 1 al 5

Confiabilidad: La confiabilidad del instrumento fue de 0.980

Validez: El cuestionario fue validado con análisis factorial con v. Aiken 0.85



## INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la interpretación de los resultados.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si  
 No

**En caso de seleccionar la alternativa "no", el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa "si", pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.**

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5
<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>

1. En una escala del (1) al (5) donde:  
(1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre,

**señala con qué frecuencia tuviste las siguientes**

**Respuestas Psicológicas cuando estabas preocupado o nervioso.**

<b>Estresores</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
01.Las evaluaciones de los profesores ( exámenes, ensayos, trabajos de investigación)					
02. Sobrecarga de tareas y trabajos académicos					

03. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales)					
04 No entender los temas que se abordan en la clase					
05 La competencia con los compañeros en grupo					
06. Tiempo limitado para hacer el trabajo					
07. Participación en clase, responder a preguntas, exposiciones, exámenes, orales					
08. La personalidad y carácter del profesor					

<b>Respuestas (Síntomas)</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
09. Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
10 Inquietud ( incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
11 Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)					
12. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.					
13. Problemas de concentración					
14. Ansiedad, angustia.					
15. Aislamiento y alejamiento de los demás.					
16. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
17. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
18. Rascarse, morderse las uñas, frotarse					
19. Dolores de cabeza o migrañas					
20. Trastornos en el sueño (insomnios o pesadillas)					
21. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

22. Aumento o reducción del consumo de alimentos.					
---------------------------------------------------	--	--	--	--	--

<b>Estrategias de afrontamiento</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
23. Búsqueda de información sobre la situación					
24. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa, contárselo a alguien para que le ayude)					
25. Habilidad asertiva ( defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
26. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.					
27. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
28. Elogios a si mismo					

Anexo 3 – Validación del Instrumento por expertos

**ANEXO 2: VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS**

**TITULO DE LA TESIS: LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN-2022**

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN										OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIONES					
				Si	A veces	No	RELACION ENTRE LA VARIABLE Y LA DIMENSIÓN		RELACION ENTRE LA DIMENSIÓN Y EL INDICADOR		RELACION ENTRE EL INDICADOR Y EL ÍTEMS		RELACION ENTRE EL ÍTEMS Y LA OPCIÓN DE RESPUESTA						
							SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI		NO				
Habilidades Sociales	Primeras habilidades	Nivel de capacidad de escucha.	Si me acerco a conversar, es posible que los demás me rechacen o me ignoren.																
			Puedo defender mi punto de vista ante los demás.																
		Nivel de capacidad para iniciar una conversación.	Prefiero tenerme solo(a) en eventos o reuniones sociales																
		Nivel de mantener una conversación.	Comparto mis gustos o preferencias con los demás.																

	Nivel de agradecimiento.	Me sudan las manos cuando estoy frente a los demás.													
		Soy capaz de hacer preguntas frente a las personas.													
	Nivel de empatía.	Mi tono de voz es seguro y fuerte cuando hablo con las personas.													
	Nivel de solicitud de ayuda.	Puedo llegar a hacer amigos fácilmente.													
	Nivel de participación.	Pide que le ayuden cuando tiene alguna dificultad.													
	Nivel de aceptación y producción de instrucciones.	Elegir la mejor forma para integrarse en un grupo o participar en una determinada actividad													
	Nivel de capacidad de disculpa.	Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente													
	Nivel de convencimiento.	Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal													
Intenta persuadir a los demás que sus															

			ideas son mejores y serán de mayor utilidad que de las de otra persona																	
Habilidades relacionadas con los sentimientos	Nivel de autoconocimiento o afectivo.		Intenta reconocer las emociones que experimenta																	
			Permite que los demás conozcan lo que siente																	
	Nivel de empatía a los sentimientos ajenos		Intenta comprender lo que sienten los demás																	
			Intentas comprender el enfado de las otras personas																	
	Nivel de afecto.		Permite que los demás sepan que se preocupa o se interesa por Ellos																	
	Nivel de auto recompensa.		Piensa porque está asustado y hace algo para disminuir su miedo																	
		Se dice a sí mismo o hace cosas agradables cuando se merece su recompensa																		
Habilidades alternativas a la agresión	Grado de capacidad de compartir.		Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y																	

			luego le pide a la persona indicada?															
		Nivel de ayuda a los demás.	Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás															
			Ayuda a quién necesita															
		Nivel de autocontrol.	Llegó a establecer un acuerdo que satisfaga tanto a sí mismo como a quienes tienen posturas diferentes															
		Nivel de persuasión	Controla su carácter de modo que no se le escapen las cosas de la mano															
		Nivel de respuesta al fracaso	Defender los propios derechos ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista															
		Grado de confrontación	Se las arregla sin perder el control cuando los demás te hacen bromas															
		Nivel de presión grupal	Se mantiene al margen de las situaciones que le pueden ocasionar															

Estrés Académico			Problemas															
			Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse															
	Respuestas (Síntomas)	Nivel reacciones físicas.	Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)															
			Inquietud (de incapacidad relajarse y estar tranquilo)															
	Nivel de reacciones conductuales.		Sentimiento de depresión y tristeza (decaído)															
			Conflictos o tendencia a polemizar o discutir.															
			Problemas de concentración															
			Ansiedad, angustia. Ansiedad, angustia															
			Aislamiento y alejamiento de los demás.															
			Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea															
	Nivel de reacciones psicológicas.		Fatiga crónica (cansancio)															



		permanente)																
		Rascarse, morderse las uñas, frotarse																
		Dolores de cabeza o migrañas																
		Trastornos en el sueño (insomnios o pesadillas)																
		Somnolencia o mayor necesidad de dormir																
		Aumento o reducción del consumo de alimentos																
	Estresores	Número de tareas asignadas	Las evaluaciones de los Profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación)															
		Grado de disconformidad con el ambiente de estudio	Sobrecarga de tareas y trabajos académicos															
		Grado de conflictos con los compañeros	No entender los temas que se abordan en la clase															
		Número de horas	La competencia con los compañeros en grupo															

	asignadas a realizar tareas																		
	Número de evaluaciones	Tiempo limitado para hacer el trabajo																	
	Nivel de competitividad grupal.	Participación en clase, responder a preguntas, exposiciones, exámenes, orales																	
	Nivel de responsabilidad.	La personalidad y carácter del profesor																	
Estrategias de afrontamiento	Nivel de asertividad.	Búsqueda de información sobre la situación																	
		Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa, contárselo a alguien para que le ayude)																	
		Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)																	
		Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas.																	

		Nivel de autoelogio.	Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)														
			Elogios a si mismo														

Anexo 4 – Matriz de consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	V. Independiente
¿Cuál es la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?	Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y estrés académico del estudiante del centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán	Existe relación entre habilidades sociales y estrés académico en un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán	<b>HABILIDADES SOCIALES</b>
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicas	V. Dependiente
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Cuál es relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?</li> <li>2. Cuál es la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?</li> <li>3. ¿Cuál es la relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán?</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Determinar la relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán</li> <li>2. Definir la relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán</li> <li>3. Interpretar la relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5 Existe relación entre Habilidades Sociales y la dimensión estresores en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán.</li> <li>6 Existe relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión síntomas en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán</li> <li>7 Existe relación entre habilidades sociales y la dimensión estrategia de afrontamiento en adolescentes de un centro pre universitario en la Universidad Nacional Hermilio Valdizán</li> </ol>	<b>ESTRÉS ACADEMICO</b> Estresores Síntomas Afrontamiento

## Anexo 5: Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADOR	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Habilidades Sociales	Conjunto de respuestas verbales y no verbales, que son parcialmente independientes frente a situaciones específicas y mediante las cuales una persona expresa en un contexto interpersonal sus sentimientos, necesidades, preferencias de manera no aversiva, manteniendo el respeto hacia los demás. (Gismero, 2022)	Mide las percepciones de los propios estudiantes sobre sus habilidades sociales la cual se determinará con un cuestionario de Arnold Goldstein, que consta de 28 ítems.	Primeras Habilidades sociales	Nivel de capacidad de escucha.	1-2	Instrumento de Habilidades sociales de Goldstein
				Nivel de capacidad para iniciar una conversación.	3	
				Nivel de mantener una conversación.	4-5	
				Nivel de agradecimiento.	6	
				Nivel de empatía.	7-8	
			Habilidades Sociales avanzadas	Nivel de solicitud de ayuda.	9	
				Nivel de participación.	10	
				Nivel de aceptación y producción de instrucciones.	11	
				Nivel de capacidad de disculpa.	12	
			Habilidades	Nivel de convencimiento.	13-14	
Nivel de autoconocimiento afectivo.	15-16					

			relacionadas con los sentimientos	Nivel de empatía a los sentimientos ajenos.	17-18	
				Nivel de afecto.	19	
				Nivel de auto recompensa.	20-21	
				Grado de capacidad de compartir.	22	
			Habilidades alternativas a la agresión	Nivel de autocontrol.	23-24	
				Nivel de persuasión	25	
				Nivel de respuesta al fracaso	26	
				Grado de confrontación	27	
				Nivel de presión grupal	28	
<b>Estrés Académico</b>	El nivel de estrés percibido es el resultado del propio individuo donde mide su nivel de estrés en función a distintas condiciones ambientales, los modos de afrontamiento, característica de	Se refiere al estrés que presentan los estudiantes en el contexto de pandemia medido por el cuestionario SISCO del estrés académico y	Estresores	Número de tareas asignadas	1	Cuestionario estrés académico – SISCO SV-21
				Grado de disconformidad con el ambiente de estudio	2	
				Grado de conflictos con los compañeros	3	
				Número de horas asignadas a realizar tareas.	4	

	personalidad y su propia biografía. (Cohen, en García - Guerrero, 2011)	consta de 21 ítems.		Número de evaluaciones.	5	
				Nivel de competitividad grupal.	6	
				Nivel de responsabilidad.	7	
			<b>Respuestas (Síntomas)</b>	Nivel reacciones físicas.	8-9-10	
				Nivel de reacciones conductuales.	11-12	
				Nivel de reacciones psicológicas.	13-14	
			<b>Estrategias de afrontamiento</b>	Nivel de asertividad.	15-17	
				Nivel de autoelogio.	18-21	

Resultados de procesamiento de datos estadísticos.

The image shows a Microsoft Excel spreadsheet titled "resultados modificadoscutx - Excel". The interface includes the standard Excel ribbon with tabs for Archivo, Inicio, Insertar, Disposición de página, Fórmulas, Datos, Revisar, Vista, and Ayuda. The ribbon is set to the "Inicio" tab, showing options for Font, Paragraph, Styles, Cells, and Editing. The spreadsheet itself is divided into several columns. The first column is labeled "N". The next 10 columns are grouped under "VARIABLE 1" and are color-coded: yellow, orange, light blue, and dark blue. The next 10 columns are grouped under "VARIABLE 2" and are color-coded: light blue, dark blue, and yellow. The final columns are labeled "DIVI01", "DIVI02", and "DIVI03". The data in the spreadsheet consists of numerical values, likely representing statistical results for each variable across different cases. The bottom of the screen shows the Windows taskbar with the search bar, taskbar icons, and system tray showing the date as 23/06/2023 and temperature as 18°C.

Resultados procesamiento de información en SPSS



TESIS REYMUDDO.sav (ConjuntoDatos1) - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Mostrar: 99 de 99 variables

	EA_5	EA_6	EA_7	EA_8	EA_9	EA_10	EA_11	EA_12	EA_13	EA_14	EA_15	EA_16	EA_17	EA_18	EA_19	EA_20	EA_21	E
1	3	4	3	5	3	5	2	3	3	3	4	3	5	3	5	2	3	
2	5	3	5	5	5	5	4	5	4	5	3	5	5	5	5	4	5	
3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	4	4	3	2	3	2	3	3	
4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	
5	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	
6	2	2	2	4	2	4	2	2	3	2	2	2	4	2	4	2	2	
7	4	4	4	4	4	4	3	5	4	3	4	4	4	4	4	3	5	
8	3	5	5	4	5	4	4	5	5	3	5	5	4	5	4	4	5	
9	4	5	5	4	5	4	5	4	3	3	5	5	4	5	4	5	4	
10	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	
11	2	4	3	1	3	1	1	1	1	2	4	3	1	3	1	1	1	
12	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	
13	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	
14	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	
15	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	
16	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	2	2	3	2	3	3	1	
17	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	
18	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	5	5	5	5	5	1	1	
19	2	4	1	1	1	1	1	3	3	1	4	1	1	1	1	1	3	
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
21	2	4	1	1	1	1	1	3	3	1	4	1	1	1	1	1	3	
22	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	
23	4	4	2	2	2	2	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	4	
24	5	3	4	3	4	3	4	3	4	5	3	4	3	4	3	4	3	
25	5	1	5	1	5	1	1	1	2	1	1	5	1	5	1	1	1	
26	2	4	1	1	1	1	1	3	3	1	4	1	1	1	1	1	3	
27	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	4	1	

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

1003 23/06/2023

## NOTA BIOGRÁFICA



Oswaldo LOPEZ SOSA, Licenciado en Educación en la mención Biología - Química de profesión, nacido en el distrito de Goyllarisquizga, pertenecientes a la Provincia de Daniel Alcides Carrión y Departamento de Pasco, el 06 de agosto de 1966. Mis padres se dedicaron a la actividad pecuaria, al inicio de mi labor docente presté mis servicios profesionales en la Institución Educativa Agropecuaria de Iscaycocha.

Posteriormente laboré como docente en condición nombrada en las instituciones educativas de las localidades de Independencia, Uchumarca y la comunidad de Socorro.

En la actualidad laboro como docente en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión desde al año 2018 hasta la actualidad



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"  
**ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE  
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL**

A los 05 días del mes de Julio del 2023, siendo las 6:00pm., se reunieron en forma virtual, los Miembros integrantes del Jurado Examinador de la tesis, titulada: "LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN - 2022", para los alumnos RAYMUNDO DURAND, JUAN ALFREDO, LOPEZ SOSA, OSWALDO, como asesora de la tesis, Dra., EDITH BERAUN QUIÑONES, procedieron a dar inicio al acto de sustentación de la tesis para el otorgamiento del título de la Segunda Especialidad Profesional, siendo los Miembros del Jurado los siguientes:

1. Dra. JEANETTE MENDOZA LOLI (PRESIDENTA)
2. Mg. ELIZABETH CHAVEZ HUAMAN (SECRETARIA)
3. Mg. YESSICA RIVERA MANSILLA (VOCAL)

Finalizada la sustentación de la tesis, se procedió a deliberar y verificar la calificación, habiendo obtenido las notas y el resultado siguiente:

GRADUANDOS	1° Miembro	2° Miembro	3° Miembro	Prom. Final
RAYMUNDO DURAND, JUAN ALFREDO	14	14	14	14
LOPEZ SOSA, OSWALDO	14	14	14	14

OBSERVACIONES:

Se da por concluido, el Acto de Sustentación de la tesis a horas 7:30 pm, en fe de lo cual firmamos.

PRESIDENTA  
Dra. JEANETTE MENDOZA LOLI

SECRETARIA  
Mg. ELIZABETH CHAVEZ HUAMAN

VOCAL  
Mg. YESSICA RIVERA MANSILLA



**UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZÁN"**

*Licenciada con Resolución del Consejo Directivo N° 099-2019-SUNEDU/CD*

UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZÁN" HUÁNUCO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



**CONSTANCIA DE SIMILITUD N°022-2024.SOFTWARE ANTIPLAGIO**  
**TURNITIN-FAC.PSIC-UNHEVAL.**

La directora de Unidad de Investigación de la Facultad de Psicología emite la presente constancia de Antiplagio, aplicando el Software TURNITIN, la cual reporta un 26%. de similitud, correspondiente al interesado (a) RAYMUNDO DURAN, JUAN ALFREDO; LOPEZ SOSA, OSWALDO de la tesis "LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADEMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN-2022"; para optar el TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN PSICOPEDAGOGIA; cuyo asesor(a) es el/la: Dra. Edith Beraun Quiñones

**DECLARANDO (APTO)**

Se expide la presente, para los trámites pertinentes

Pilco Marca, 20 de mayo 2024



*Flor María Ayala Albites*

*Directora(a) de la Unidad de Investigación de la  
Facultad de Psicología*

NOMBRE DEL TRABAJO

**LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN-2022**

AUTOR

**RAYMUNDO DURAND, JUAN ALFREDO, LOPEZ SOSA, OSWALDO**

RECUENTO DE PALABRAS

**3561 Words**

RECUENTO DE CARACTERES

**20114 Characters**

RECUENTO DE PÁGINAS

**22 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**295.4KB**

FECHA DE ENTREGA

**May 20, 2024 4:59 PM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**May 20, 2024 5:00 PM GMT-5**

● **26% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 26% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 16% Base de datos de trabajos entregados
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)

● 26% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 24% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 16% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	<b>docplayer.es</b> Internet	2%
2	<b>repositorio.unheval.edu.pe</b> Internet	2%
3	<b>elsevier.es</b> Internet	1%
4	<b>hdl.handle.net</b> Internet	<1%
5	<b>tdx.cat</b> Internet	<1%
6	<b>1library.co</b> Internet	<1%
7	<b>revistaespacios.com</b> Internet	<1%
8	<b>scribd.com</b> Internet	<1%



9	<b>es.slideshare.net</b> Internet	<1%
10	<b>slideshare.net</b> Internet	<1%
11	<b>researchgate.net</b> Internet	<1%
12	<b>scielo.sld.cu</b> Internet	<1%
13	<b>pdfs.semanticscholar.org</b> Internet	<1%
14	<b>kipdf.com</b> Internet	<1%
15	<b>repositorio.esge.edu.pe</b> Internet	<1%
16	<b>Universidad de Málaga - Tii on 2021-09-25</b> Submitted works	<1%
17	<b>dominiodelasciencias.com</b> Internet	<1%
18	<b>vsip.info</b> Internet	<1%
19	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Internet	<1%
20	<b>Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD on 2018-10-31</b> Submitted works	<1%

21	<b>Universidad Sergio Arboleda on 2016-01-23</b> Submitted works	<1%
22	<b>repositorio.unsa.edu.pe</b> Internet	<1%
23	<b>pt.scribd.com</b> Internet	<1%
24	<b>Universidad Nacional de Educación a Distancia on 2020-06-05</b> Submitted works	<1%
25	<b>encolombia.com</b> Internet	<1%
26	<b>repositorio.unjbg.edu.pe</b> Internet	<1%
27	<b>correodelmaestro.com</b> Internet	<1%
28	<b>repository.libertadores.edu.co</b> Internet	<1%
29	<b>ibdigital.uib.cat</b> Internet	<1%
30	<b>repositorio.ulasamericas.edu.pe</b> Internet	<1%
31	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2017-07-01</b> Submitted works	<1%
32	<b>eduqa2012.eduqa.net</b> Internet	<1%



33	<b>unasam on 2023-01-06</b> Submitted works	<1%
34	<b>cybertesis.unmsm.edu.pe</b> Internet	<1%
35	<b>redalyc.org</b> Internet	<1%
36	<b>go.gale.com</b> Internet	<1%
37	<b>repository.usta.edu.co</b> Internet	<1%
38	<b>renati.sunedu.gob.pe</b> Internet	<1%
39	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Internet	<1%
40	<b>Universidad Internacional de la Rioja on 2013-04-01</b> Submitted works	<1%
41	<b>ddd.uab.cat</b> Internet	<1%
42	<b>scielo.org.mx</b> Internet	<1%
43	<b>scielo.sa.cr</b> Internet	<1%
44	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2018-12-06</b> Submitted works	<1%

45	<b>prezi.com</b> Internet	<1%
46	<b>repositorio.utelesup.edu.pe</b> Internet	<1%
47	<b>pdfcoffee.com</b> Internet	<1%
48	<b>repositorio.uct.edu.pe</b> Internet	<1%
49	<b>potafoliotecnologia.blogspot.com</b> Internet	<1%
50	<b>repositorio.unfv.edu.pe</b> Internet	<1%
51	<b>powtoon.com</b> Internet	<1%
52	<b>dspace.uib.es</b> Internet	<1%
53	<b>ual.dyndns.org</b> Internet	<1%
54	<b>pt.slideshare.net</b> Internet	<1%
55	<b>repositorio.unh.edu.pe</b> Internet	<1%
56	<b>Instituto Superior de Artes, Ciencias y Comunicación IACC on 2023-1...</b> Submitted works	<1%

57	<b>Universidad Nacional de Educación on 2022-03-16</b> Submitted works	<1%
58	<b>intellectum.unisabana.edu.co</b> Internet	<1%
59	<b>Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE on 2021-08-26</b> Submitted works	<1%
60	<b>aufop.com</b> Internet	<1%
61	<b>uv.es</b> Internet	<1%
62	<b>Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco on 2020-11-16</b> Submitted works	<1%
63	<b>Pontificia Universidad Catolica del Peru on 2015-12-11</b> Submitted works	<1%
64	<b>Mondragon Unibertsitatea on 2023-02-26</b> Submitted works	<1%
65	<b>Submitted on 1686946742553</b> Submitted works	<1%
66	<b>dspace.utpl.edu.ec</b> Internet	<1%
67	<b>repositorio.unu.edu.pe</b> Internet	<1%
68	<b>pa.bibdigital.uccor.edu.ar</b> Internet	<1%

69	<b>revistas.uned.es</b> Internet	<1%
70	<b>core.ac.uk</b> Internet	<1%
71	<b>repositorio.une.edu.pe</b> Internet	<1%
72	<b>UDELAS: Universidad Especializada de las Americas Panama on 2019-...</b> Submitted works	<1%
73	<b>Universidad Santo Tomas on 2022-03-22</b> Submitted works	<1%
74	<b>atcproyectos.ugr.es</b> Internet	<1%
75	<b>es.scribd.com</b> Internet	<1%
76	<b>recursosbiblio.url.edu.gt</b> Internet	<1%
77	<b>utrivieramaya.edu.mx</b> Internet	<1%
78	<b>INACAP on 2015-04-10</b> Submitted works	<1%
79	<b>repositorio.unan.edu.ni</b> Internet	<1%
80	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2016-11-29</b> Submitted works	<1%

81	<b>Universidad Tecnologica del Peru on 2017-08-28</b> Submitted works	<1%
82	<b>Universidad Tecnológica Indoamerica on 2022-01-05</b> Submitted works	<1%
83	<b>revistas.ujat.mx</b> Internet	<1%
84	<b>Universidad Catolica de Santo Domingo on 2021-01-26</b> Submitted works	<1%
85	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2019-07-06</b> Submitted works	<1%
86	<b>Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion on 2021-04-26</b> Submitted works	<1%
87	<b>mlps.appuntino.it</b> Internet	<1%
88	<b>repositorio.unid.edu.pe</b> Internet	<1%
89	<b>revistas.pucp.edu.pe</b> Internet	<1%
90	<b>Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD on 2022-05-30</b> Submitted works	<1%
91	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2017-02-11</b> Submitted works	<1%
92	<b>Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez on 2019-12-03</b> Submitted works	<1%

93	revistas.uach.cl Internet	<1%
94	Universidad de Málaga - Tii on 2021-09-25 Submitted works	<1%
95	redined.mecd.gob.es Internet	<1%
96	upn271 on 2023-10-21 Submitted works	<1%
97	oposinet.com Internet	<1%
98	venezuelainnovadora.gov.ve Internet	<1%
99	Instituto Superior de Artes, Ciencias y Comunicación IACC on 2023-0... Submitted works	<1%
100	Universidad Cesar Vallejo on 2016-03-07 Submitted works	<1%
101	subtitlelist.com Internet	<1%
102	BENEMERITA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE PUEBLA BIBLIOTECA on ... Submitted works	<1%
103	Salcedo Medina, Raida. "Uso de las herramientas ofimaticas por los do... Publication	<1%
104	ageps.webs.uvigo.es Internet	<1%

105	<b>iebem.wordpress.com</b> Internet	<1%
106	<b>perso.wanadoo.es</b> Internet	<1%
107	<b>psicobiologiadelgenerohomo.blogspot.com</b> Internet	<1%
108	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2016-03-23</b> Submitted works	<1%
109	<b>Universidad Distrital FJDC on 2015-11-29</b> Submitted works	<1%
110	<b>Universidad Politécnica Estatal de Carchi on 2022-08-12</b> Submitted works	<1%
111	<b>FUNIBER on 2022-07-08</b> Submitted works	<1%
112	<b>Universidad Cesar Vallejo on 2018-05-26</b> Submitted works	<1%
113	<b>documents.mx</b> Internet	<1%
114	<b>dspace.udla.edu.ec</b> Internet	<1%
115	<b>mec.es</b> Internet	<1%
116	<b>Aliat Universidades on 2019-12-04</b> Submitted works	<1%

117	Instituto Tecnológico de Costa Rica on 2021-08-21 Submitted works	<1%
118	Universidad Católica del CIBAO on 2020-04-07 Submitted works	<1%
119	Universidad Cesar Vallejo on 2018-07-20 Submitted works	<1%
120	Universidad Complutense de Madrid on 2016-12-19 Submitted works	<1%
121	Universidad Nacional del Centro del Peru on 2019-10-07 Submitted works	<1%
122	e-spacio.uned.es:8080 Internet	<1%
123	idus.us.es Internet	<1%
124	monografias.com Internet	<1%





VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN



**AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DIGITAL Y DECLARACIÓN JURADA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN  
PARA OPTAR UN GRADO ACADÉMICO O TÍTULO PROFESIONAL**

**1. Autorización de Publicación:** (Marque con una "X")

Pregrado	Segunda Especialidad	X	Posgrado:	Maestría	Doctorado
Pregrado (tal y como está registrado en SUNEDU)					
Facultad	.....				
Escuela Profesional	.....				
Carrera Profesional	.....				
Grado que otorga	.....				
Título que otorga	.....				
Segunda especialidad (tal y como está registrado en SUNEDU)					
Facultad	PSICOLOGÍA				
Nombre del programa	PSICOPADAGOGÍA				
Título que Otorga	TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN PSICOPEDAGOGÍA				
Posgrado (tal y como está registrado en SUNEDU)					
Nombre del Programa de estudio	.....				
Grado que otorga	.....				

**2. Datos del Autor(es):** (Ingrese todos los datos requeridos completos)

Apellidos y Nombres:	LOPEZ SOSA Oswaldo							
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	971558102
Nro. de Documento:	04208737			Correo Electrónico: lopezsosawaldo@gmail.com				
Apellidos y Nombres:	RAYMUNDO DURAND JUAN ALFREDO							
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	968446762
Nro. de Documento:	04079592			Correo Electrónico: Juanr7528@hotmail.com				
Apellidos y Nombres:	.....							
Tipo de Documento:	DNI	<input type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de Celular:	.....
Nro. de Documento:	.....			Correo Electrónico: .....				

**3. Datos del Asesor:** (Ingrese todos los datos requeridos completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Asesor)

¿El Trabajo de Investigación cuenta con un Asesor?:	[marque con una "X" en el recuadro del costado, según corresponda]		SI	<input checked="" type="checkbox"/>	NO	<input type="checkbox"/>		
Apellidos y Nombres:	BERAUN QUIÑONES EDITH HAYDEE			ORCID ID:	0000-001-9499-1615			
Tipo de Documento:	DNI	<input checked="" type="checkbox"/>	Pasaporte	<input type="checkbox"/>	C.E.	<input type="checkbox"/>	Nro. de documento:	22514860

**4. Datos del Jurado calificador:** (Ingrese solamente los Apellidos y Nombres completos según DNI, no es necesario indicar el Grado Académico del Jurado)

Presidente:	MEDOZA LOU JEANETTE
Secretario:	CHAVEZ HUAMAN ELIZANETH
Vocal:	RIVERA MANCILLA YESSICA
Vocal:	.....
Vocal:	.....
Accesitario	.....

**5. Declaración Jurada:** *(Ingrese todas los datos requeridos completos)*

<b>a) Soy Autor (a) (es) del Trabajo de Investigación Titulado:</b> <i>(Ingrese el título tal y como está registrado en el Acto de Sustentación)</i>	
"LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO DE LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO PRE UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN-2022"	
<b>b) El Trabajo de Investigación fue sustentado para optar el Grado Académico ó Título Profesional de:</b> <i>(tal y como está registrado en SUNEDU)</i>	
TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN PSICOPEDAGOGÍA	
c) El Trabajo de investigación no contiene plagio (ninguna frase completa o párrafo del documento corresponde a otro autor sin haber sido citado previamente), ni total ni parcial, para lo cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias.	
d) El trabajo de investigación presentado no atenta contra derechos de terceros.	
e) El trabajo de investigación no ha sido publicado, ni presentado anteriormente para obtener algún Grado Académico o Título profesional.	
f) Los datos presentados en los resultados (tablas, gráficos, textos) no han sido falsificados, ni presentados sin citar la fuente.	
g) Los archivos digitales que entrego contienen la versión final del documento sustentado y aprobado por el jurado.	
h) Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a la Universidad Nacional Hermilio Valdizan (en adelante LA UNIVERSIDAD), cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del Trabajo de Investigación, así como por los derechos de la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causas en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación. De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan.	

**6. Datos del Documento Digital a Publicar:** *(Ingrese todos los datos requeridos completos)*

Ingrese solo el año en el que sustentó su Trabajo de Investigación: <i>(Verifique la información en el Acto de Sustentación)</i>		2023	
Modalidad de obtención del Grado Académico o Título Profesional: <i>(Marque con X según Ley Universitaria con la que inició sus estudios)</i>	Tesis	<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis Formato Artículo
	Trabajo de Investigación		Trabajo de Suficiencia Profesional
	Trabajo Académico		Otros <i>(especifique modalidad)</i>
Palabras Clave: <i>(solo se requieren 3 palabras)</i>	Habilidades sociales	estrés académico	Estresores
Tipo de Acceso: <i>(Marque con X según corresponda)</i>	Acceso Abierto	<input checked="" type="checkbox"/>	Condición Cerrada (*)
	Con Periodo de Embargo (*)		Fecha de Fin de Embargo:
¿El Trabajo de Investigación, fue realizado en el marco de una Agencia Patrocinadora? <i>(ya sea por financiamientos de proyectos, esquema financiero, beca, subvención u otros; marcar con una "X" en el recuadro del costado según corresponda):</i>			SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> X <input checked="" type="checkbox"/>
Información de la Agencia Patrocinadora:			

El trabajo de Investigación en digital y físico tienen los mismos registros del presente documento como son: Denominación del programa Académico, Denominación del Grado Académico o Título profesional, Nombres y Apellidos del autor, Asesor y Jurado calificador tal y como figura en el Documento de Identidad, Título completo del Trabajo de Investigación y Modalidad de Obtención del Grado Académico o Título Profesional según la Ley Universitaria con la que se inició los estudios.

**7. Autorización de Publicación Digital:**

A través de la presente, Autorizo de manera gratuita a la Universidad Nacional Hermilio Valdizán a publicar la versión electrónica de este Trabajo de Investigación en su Biblioteca Virtual, Portal Web, Repositorio Institucional y Base de Datos académica, por plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente. Se autoriza cambiar el contenido de forma, más no de fondo, para propósitos de estandarización de formatos, como también establecer los metadatos correspondientes.

 <b>Firma</b>	
<b>Apellidos y Nombres:</b> LOPEZ SOSA OSWALDO <b>DNI:</b> 04208737	<b>Huella Digital</b>
 <b>Firma:</b>	
<b>Apellidos y Nombres:</b> RAYMUNDO DURAND JUAN ALFREDO <b>DNI:</b> 04079592	<b>Huella Digital</b>
<b>Firma:</b>	
<b>Apellidos y Nombres:</b> <b>DNI:</b>	<b>Huella Digital</b>
<b>Fecha:</b> 02/05/2024	

**Nota:**

- ✓ No modificar los textos preestablecidos, conservar la estructura del documento.
- ✓ Marque con una X en el recuadro que corresponde.
- ✓ Llenar este formato de forma digital, con tipo de letra **calibri**, **tamaño de fuente 09**, manteniendo la alineación del texto que observa en el modelo, sin errores gramaticales (recuerde las mayúsculas también se tildean si corresponde).
- ✓ La información que escribe en este formato debe coincidir con la información registrada en los demás archivos y/o formatos que presente, tales como: DNI, Acta de Sustentación, Trabajo de Investigación (PDF) y Declaración Jurada.
- ✓ Cada uno de los datos requeridos en este formato, es de carácter obligatorio según corresponda.