

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Relación entre resiliencia y habilidades sociales en
estudiantes de la carrera de Administración de un
instituto privado de Huancayo-2021**

Rosario Guadalupe Miranda Quispe
Yuliza Rosaura Quispe Rivera

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

DEDICATORIA

A nuestros padres, piezas fundamentales en nuestro día a día, que confiaron en nosotras y cuidaron por nuestra prosperidad, así como de nuestra educación. A todos los profesionales que a diario luchan y se comprometen con el bienestar físico y mental de las personas.

AGRADECIMIENTOS

En principio agradecemos a Dios, a nuestros padres quienes nos enseñaron el camino por el sendero correcto de superación, quienes estuvieron con nosotros en todo momento a pesar de los obstáculos de la vida. A nuestros docentes, quienes nos enseñaron el valor de la psicología para la humanidad. Así mismo, al programa Beca 18, cuyos jóvenes nos apoyan en nuestro desarrollo profesional. A nuestro asesor quien fue nuestro guía en todo este tiempo.

Índice

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
ÍNDICE.....	4
LISTA DE TABLAS	7
LISTA DE FIGURAS.....	9
RESUMEN	10
ABSTRACT.....	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPÍTULO I	14
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	14
1.1. PLANTEAMIENTO Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	14
1.2. PROBLEMAS GENERAL	16
1.3. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	16
1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	17
1.4.1. <i>Objetivo general</i>	17
1.4.2. <i>Objetivos específicos</i>	17
1.5. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA	18
1.5.1. <i>Justificación teórica</i>	18
1.5.2. <i>Justificación práctica</i>	19
1.5.3. <i>Importancia</i>	19
CAPÍTULO 2.....	20
MARCO TEÓRICO.....	20
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	20
2.1.1. <i>Antecedentes internacionales</i>	20
2.1.2. <i>Antecedentes nacionales</i>	22
2.2. MARCO CONCEPTUAL	25
2.2.1. <i>Concepto de resiliencia</i>	25
2.2.1.1. <i>Factores de resiliencia</i>	25
2.2.1.2. <i>Dimensiones de resiliencia</i>	26
2.2.1.3. <i>Clasificación</i>	27
2.2.1.4. <i>Modelos teóricos</i>	28
2.2.2. <i>Concepto de habilidades sociales</i>	30
2.2.2.1. <i>Componentes</i>	31
2.2.2.2. <i>Características</i>	32
2.2.2.3. <i>Dimensiones</i>	33
2.2.2.4. <i>Modelos teóricos</i>	36

2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS	39
CAPÍTULO 3.....	41
FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN Y VARIABLES	41
3.1. HIPÓTESIS GENERAL	41
3.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.....	41
3.3. IDENTIFICACIÓN Y CLASIFICACIÓN DE LAS VARIABLES	42
3.4. OPERACIONALIZACIÓN	42
CAPÍTULO 4.....	44
DISEÑO METODOLÓGICO.....	44
4.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	44
4.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	44
4.3. NIVEL DE INVESTIGACIÓN	44
4.4. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	44
4.5. POBLACIÓN Y MUESTRA	45
4.5.1. Población.....	45
4.5.2. Muestra	45
4.5.2.1. Tipo de muestreo.....	45
4.5.2.2. Tamaño de muestra.....	46
4.6. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN E INCLUSIÓN.....	47
4.6.1. Exclusión.....	47
4.6.2. Inclusión.....	47
4.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	50
4.7.1. Técnicas	50
4.7.1.1. Instrumento de resiliencia	50
4.7.1.2. Instrumento de habilidades sociales	51
4.8. PROCEDIMIENTO PARA RECOLECCIÓN DE DATOS	53
4.9. TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS DATOS	53
4.9.1. Proceso	53
4.9.2. Análisis de datos	54
CAPÍTULO 5.....	55
RESULTADOS ESTADÍSTICOS.....	55
5.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	55
5.2. ORGANIZACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	55
5.2.1. ANÁLISIS DE FIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS	55
5.2.1.1. Análisis de fiabilidad de la prueba resiliencia	55
5.2.1.2. Análisis de fiabilidad de la prueba de habilidades sociales.....	56
5.2.2. PRUEBA DE DISTRIBUCIÓN NORMAL.....	56
5.2.2.1. Prueba de distribución normal-resiliencia.....	57
5.2.2.2. Prueba de distribución normal-habilidades sociales	58
5.2.3. ANÁLISIS DE CORRELACIÓN	60
5.2.3.1. Análisis de correlación interna de la variable resiliencia.....	61
5.2.3.2. Análisis de correlación interna de la variable habilidades sociales.....	63

5.2.3.3. <i>Análisis de correlación entre las dimensiones de la variable resiliencia con las dimensiones de las habilidades sociales</i>	66
5.2.3.4. <i>Análisis de correlación entre las dimensiones de la variable resiliencia con la puntuación total de las habilidades sociales</i>	67
5.2.3.5. <i>Análisis de correlación entre las dimensiones de la variable las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia</i>	68
5.2.3.6. <i>Análisis de correlación entre la resiliencia y las habilidades sociales</i>	69
CAPÍTULO 6	71
DISCUSIÓN	71
CONCLUSIONES	78
RECOMENDACIONES	80
REFERENCIAS	82
ANEXOS	87

Lista de Tablas

TABLA 1 OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE RESILIENCIA	42
TABLA 2 OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE HABILIDADES SOCIALES	43
TABLA 3 DISTRIBUCIÓN MUESTRAL POR EDADES	47
TABLA 4 DISTRIBUCIÓN MUESTRAL POR SEXO	48
TABLA 5 DISTRIBUCIÓN MUESTRAL POR SEMESTRE	49
TABLA 6 ESTADISTICA DE FIABILIDAD-RESFOR.....	55
TABLA 7 ESTADISTICA DE FIABILIDAD-HHSS	56
TABLA 8 PRUEBA DE KOLMOGOROV-SMIRNOV PARA UNA MUESTRA-DIMENSIONES VULNERABILIDAD-AUTOESFICACIA	57
TABLA 9 PRUEBA DE KOLMOGOROV-SMIRNOV PARA UNA MUESTRA-PUNTUACIÓN TOTAL RESILIENCIA	58
TABLA 10 PRUEBA DE KOLMOGOROV-SMIRNOV PARA UNA MUESTRA-DIMENSIONES DE LAS HABILIDADES SOCIALES	59
TABLA 11 PRUEBA DE KOLMOGOROV-SMIRNOV PARA UNA MUESTRA-PUNTUACIÓN TOTAL HABILIDADES SOCIALES	60
TABLA 12 PRUEBA DE CORRELACIÓN RHO DE SPEARMAN-DIMENSIONES DE LA VARIABLE RESILIENCIA.....	62
TABLA 13 PRUEBA DE CORRELACIÓN RHO DE SPEARMAN-DIMENSIONES DE LA VARIABLE HABILIDADES SOCIALES	64
TABLA 14 PRUEBA DE CORRELACIÓN RHO DE SPEARMAN-ANÁLISIS DE CORRELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DE LA VARIABLE RESILIENCIA CON LAS DIMENSIONES DE LA VARIABLE HABILIDADES SOCIALES	66
TABLA 15 PRUEBA DE CORRELACIÓN RHO DE SPEARMAN-DIMENSIONES DE LA VARIABLE RESILIENCIA CON LA PUNTUACIÓN TOTAL DE LAS HABILIDADES SOCIALES	67

TABLA 16 PRUEBA DE CORRELACIÓN RHO DE SPEARMAN-DIMENSIONES DE LA VARIABLE RESILIENCIA CON LA PUNTUACIÓN TOTAL DE LA RESILIENCIA	68
--	----

TABLA 17 PRUEBA DE CORRELACIÓN RHO DE SPEARMAN-RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES	69
--	----

Lista de Figuras

FIGURA 1 REPRESENTACIÓN DEL DISEÑO CORRELACIONAL	10
FIGURA 2 FÓRMULA PROBABILÍSTICA	46
FIGURA 3 DISTRIBUCIÓN MUESTRAL POR EDADES.....	48
FIGURA 4 DISTRIBUCIÓN MUESTRAL POR SEXO	49
FIGURA 5 DISTRIBUCIÓN MUESTRAL POR SEMESTRE	50

Resumen

El presente trabajo de investigación fue desarrollado con el objetivo de determinar la relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Es de tipo correlacional, diseño no experimental, alcance transversal y de naturaleza cuantitativa. La muestra estuvo conformada de 384 estudiantes pertenecientes a la carrera de Administración de ambos sexos. Los instrumentos fueron la Escala de Resiliencia para Alumnos Universitarios Foráneos (Resfor) de Fabián y Medina (2016) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein, la cual fue adaptada por Lazo (2018). Para el empleo de los instrumentos se verificó que estos estuvieran validados en nuestro contexto. Finalmente, se obtuvo como conclusión que hay relación significativa entre las variables resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021); por lo tanto, la correlación es significativa y positiva con un coeficiente de 0.676, dato obtenido con el análisis estadístico de Rho de Spearman. Entendiéndose que, a mayor resiliencia de los estudiantes, mayor desarrollo de sus habilidades sociales; a menor resiliencia, menor desarrollo de sus habilidades sociales. Asimismo, se evidenció en el análisis de correlación de la variable resiliencia con las dimensiones de habilidades sociales, que la dimensión predominante es el de habilidades de planificación, reflejándose así el perfil profesional que un estudiante de Administración posee.

Palabras clave: habilidades sociales, resiliencia, estudiantes.

Abstract

This research work was developed with the objective of determining the relationship between resilience and social skills in students of the Administration career of a private institute in Huancayo (2021). It is correlational, non-experimental design, cross-sectional and quantitative in nature. The sample consisted of 384 students belonging to the Administration career of both sexes. The instruments were the Resilience Scale for foreign university students (Resfor) by Fabián and Medina (2016) and the Goldstein Social Skills Check List, which was adapted by Lazo (2018). For the use of the instruments, it was verified that they were validated in our context. As a conclusion, the existence of a significant relationship between the variable's resilience and social skills in students of the Administration career of a Private Institute of Huancayo (2021) was obtained; therefore, the correlation is significant and positive with a coefficient of 0.676, data obtained with the statistical analysis of Spearman's Rho. Understanding that, the greater the resilience of the students, the greater the development of their social skills; the less resilience, the less development of their social skills. Likewise, it was evidenced in the correlation analysis of the resilience variable with the dimensions of social skills, that the predominant dimension is planning skills, thus reflecting the professional profile that an Administration student possesses.

Keywords: social skills, resilience, students.

Introducción

La presente investigación surgió a partir de la inquietud de poder tener conocimiento de forma detallada de por qué algunos estudiantes llegan a adaptarse a situaciones desfavorables y con qué capacidades cuentan para poder resolver las diferentes circunstancias adversas, para lograr con éxito sus metas personales y profesionales. Del mismo modo nos preguntamos por qué existen estudiantes que no desarrollaron las capacidades ya mencionadas. Por tal motivo, se decidió evaluar, tanto la resiliencia como las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo.

Por otro lado, esta investigación resalta en su importancia, ya que, si se desarrollan estas dos variables de manera adecuada, se conseguirá éxito personal y profesional, en vista a que en la actualidad al egresar de una carrera técnica o universitaria los centros laborales requieren de personal que posea capacidades adaptables al medio y tengan facilidad de relacionarse.

Existen diversas circunstancias negativas que se generan en el ámbito educativo, debido a que los estudiantes se presentan a un contexto nuevo y deben de buscar la manera de adaptarse a esta nueva experiencia que es la educación superior, puesto que la exigencia académica varía, revelando así la complejidad en la dinámica emocional, comportamental y cognitiva. Por lo tanto, se aspira esclarecer la problemática asociándola con las variables resiliencia y habilidades sociales.

Para el desarrollo de esta investigación, en el primer capítulo se planteó el problema en el que se argumenta la necesidad de investigar las variables propuestas y de cómo es su relación con el problema; así mismo, se concibe los objetivos, en los cuales se expone las órbitas que el presente trabajo pretende contribuir a la investigación en psicología.

El segundo capítulo contiene el material bibliográfico, además se explican los aspectos relevantes de las variables. Asimismo, se hallan investigaciones previas a nivel internacional y

nacional, también se precisa conceptos, características, modelos, con el fin de indagar los resultados que investigaciones preliminares señalan.

El tercer capítulo plasma la formulación de la hipótesis de investigación, donde se da a conocer tanto la hipótesis general como las específicas del presente estudio; de la misma manera se identifica y clasifican las variables. Por otro lado, se detalla la operacionalización de las variables de esta presente investigación.

El cuarto capítulo consigna la metodología, que contiene lo siguiente: enfoque de investigación, tipo, nivel, diseño, descripción de la población y decisión de la muestra a quienes se evaluó mediante los instrumentos de Escala de Resiliencia en Estudiantes Universitarios Foráneos (Resfor) (2016) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein que fue adaptado por Lazo (2018), con sus respectivas características detalladas en este capítulo, así mismo se presenta la validez y confiabilidad.

El quinto capítulo detalla los resultados mediante el análisis con el estadístico SPSS-V 25, en el cual se evidencia gráficos y tablas que representan los resultados detallados de cada variable en estudio, así como también resultados de cada una de sus dimensiones de los constructos estudiados.

El capítulo final da a conocer la discusión que se contrastó con investigaciones realizadas anteriormente de ambas variables; posterior a ello se presentó las conclusiones a las que se llegó. Asimismo, se dio a conocer las recomendaciones para próximos estudios, en páginas posteriores se insertó la bibliografía y los anexos con los formatos de las pruebas administradas.

La investigación tiene alcance práctico, debido a que los resultados como las conclusiones servirán para que se pueda idear programas de promoción, prevención e intervención para los estudiantes del nivel superior.

Capítulo I

Planteamiento del estudio

1.1. Planteamiento y Formulación del problema

En la actualidad, para la humanidad, específicamente para los jóvenes y señoritas que son estudiantes de nivel superior, su desarrollo personal no está siendo sencillo por la variedad de adversidades que se presentan en su vida diaria, que les genera, en términos psicológicos, la incapacidad de manejar emociones, solucionar problemas, afrontar el estrés, ansiedad, frustración en sus relaciones interpersonales. En tanto, la psicología enfatiza su atención en el bienestar mental de los seres humanos; la resiliencia es reconocida como la capacidad de resistir, recuperarse y amoldarse con logro a la desventura, según la Asociación de Psicología Americana (2021). Ante las dificultades que tiene el ser humano debe de salir de aquella vivencia traumática o difícil para generar aprendizaje en su vida diaria; por consiguiente, las habilidades sociales según Holst, Galicia, Gómez y Degante (2017) son necesarias e importantes para la obtención de relaciones interpersonales satisfactorias, teniendo así una amplia gama de capacidades, experiencias y conocimientos que será de utilidad en diversas situaciones. Lo cual será de beneficio para su desarrollo profesional y personal, en ese sentido las habilidades sociales son un agregado de conductas empleadas como estrategias para ser aplicadas en la resolución de problemas en la sociedad de una manera efectiva.

Tanto las habilidades sociales como la resiliencia son capacidades empleadas por el ser humano para que se desarrolle a nivel personal y social, creando grandes expectativas de control sobre su vida; según Dascanio, Prette, Barham, Rodríguez, Fontaine y Prette (2015), de esta manera se logra el adecuado desenvolvimiento socioemocional que le favorezca en su

aprendizaje permitiéndole responder de manera óptima ante eventos negativos y adversos (p. 167).

El Instituto Mexicano de la Juventud (2018) señala lo siguiente:

En la etapa de la juventud las habilidades sociales cobran importancia fundamental porque en esta etapa se inicia el desarrollo de su personalidad, teniendo la necesidad de alejarse del núcleo familiar y acercarse a las relaciones amicales, sentando base para desenvolverse como adulto en la esfera social” (párr. 2).

En este sentido, la resiliencia aporta de manera positiva a los estudiantes, ya que ante contextos difíciles buscan sobrevivir de manera sana a nivel emocional en su entorno.

En la actualidad en nuestro entorno se está dando prioridad a las habilidades sociales como a la resiliencia, debido a que muchos estudiantes pasan por condiciones de estrés, esfuerzo, inadecuadas relaciones interpersonales y exigencias académicas propias del estudio superior; por tal motivo según Caldera, Aceves y Reynoso (2016), las variables son estrategias óptimas para los seres humanos ante situaciones desfavorables para obtener la capacidad de sobreponerse. Por ello, se considera transcendental en Huancayo conocer la relación entre la resiliencia y las habilidades sociales de los estudiantes de educación superior para el enriquecimiento de cualidades, mejora de aptitudes para la satisfacción con la vida.

Por lo señalado, este estudio pretende dar explicación de la relación entre resiliencia y habilidades sociales desde la perspectiva psicológica al problema presentado en la población estudiantil de educación superior técnica. En tal sentido, se puede conocer la relación entre las variables ya mencionadas, lo cual permitirá prevenir infortunios en el futuro respecto a relaciones familiares, académicas y sociales. Considerando lo mencionado anteriormente, se plantea la siguiente interrogante: ¿cuál es la relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021)?

1.2. Problemas General

¿Cuál es la relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo-2021?

1.3. Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las habilidades para manejar sentimientos en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021)?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las habilidades para manejar el estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo-2021?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y habilidades de planificación en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021)?

1.4. Objetivos de la Investigación

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

1.4.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre resiliencia y habilidades para manejar sentimientos en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre resiliencia y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades para manejo de estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).
- Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades de planificación en los estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

1.5. Justificación e Importancia

1.5.1. Justificación teórica

Para López, Martínez, Serey, Velasco y Zúñiga (2013), la persona como ser biopsicosocial atraviesa por diversos estados emocionales y situaciones que marcan su vida determinando su forma de razonar, percibir, actuar, enfrentar, afrontar y aventajar experiencias que marcan su historia de vida en aspectos individuales, familiares, educativos y sociales. Sin embargo, el estudiante no está excusado de experimentar ambientes que pueden ser estresantes, agobiantes o desafíos, por lo que su centro de estudio se convierte en su espacio para promover el apoyo emocional para generar vitalidad, recursos, capacidades y aprendizajes en presencia de vivencias de situaciones hostiles o traumáticas. Asimismo, Ortunio y Guevara (2016) afirman que “los riesgos pueden llevar a la persona a la pérdida de equilibrio de la adaptación, bienestar subjetivo y del desarrollo personal e interpersonal” (p. 99).

De este modo se toma en cuenta que la resiliencia es el crecimiento o adaptación positiva en respuesta a la adversidad; por tanto, las habilidades sociales y los comportamientos eficaces en situaciones de interacción social generan la mejoría del bienestar de la salud física y mental, lo que produce que la persona proceda a generar cambios y transforme sus experiencias desagradables en algo positivo y llevadero. Cuando la persona es consciente de la situación difícil a pesar del cúmulo de adversidades, es posible que las enfrente, sobrelleve y supere; contando con los recursos y habilidades necesarias para poder encaminarse en su desarrollo personal y social. Pero si la persona no resiste los embates y teme a los riesgos no podrá sobrevivir a estas situaciones hostiles; su capacidad de resolución de problemas como el sobreponerse será más dificultoso produciendo problemas de salud mental y física.

Respecto a esta investigación, se pretende determinar la relación entre las variables de resiliencia y de habilidades sociales en los estudiantes de Administración de un instituto privado, debido a que su perfil profesional los hace responsables de gestionar los recursos

materiales como humanos. De este modo conocer si son personas resilientes o no, si poseen con habilidades sociales que les permita desempeñarse en actividades y tareas de éxito. Para ello se explica desde la teoría de las variables ya mencionadas, permitiendo verificar la teoría con la realidad actual.

1.5.2. Justificación práctica

La investigación pretende determinar la relación de resiliencia y habilidades sociales de la población objetivo. La resiliencia comprendida como la capacidad que posee la persona para adaptarse a diversas circunstancias como exigencias educativas y sociales. Así mismo, busca conocer las habilidades sociales que emplea para superar las adversidades y aprender de ellos. En tanto, los estudiantes que no desarrollen una adecuada resiliencia y tampoco emplearon de manera adecuada sus habilidades sociales necesitarán reforzarlas con el apoyo de su entorno: familiar, amigos, docentes y su institución de estudio.

1.5.3. Importancia

La presente investigación es importante, dado que los resultados que se puedan encontrar podrían servir como objeto de estudio a nuevos trabajos utilizando las variables investigadas, además se pretende incentivar a nuevos estudiantes a elaborar estudios con los mismos constructos, pero con otra población específica. Así mismo, con los hallazgos de la investigación realizada, tendrían como referencia la construcción de programas de intervención con la población en estudio, con la finalidad de potenciar, mantener o reforzar las estrategias resilientes y de habilidades sociales de los estudiantes de educación superior según sea los resultados.

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1. Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Hernández, Caldera, Reynoso, Caldera y Salcedo (2020) presentaron su investigación que fue publicada como artículo en la revista *Pensamiento Psicológico* titulada “Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. Pertenecientes al Centro Universitario de Los Altos de la Universidad de Guadalajara en México”. Con el objetivo de comparar los niveles de resiliencia entre jóvenes universitarios y jóvenes trabajadores e identificar posibles relaciones de dicha variable con la edad de los participantes. La muestra, tipo incidental por 188 jóvenes entre 18 y 27 años de edad. Emplearon el instrumento Escala de Resiliencia adaptada a español por Heileman, Lee y Kury en el 2003. Los resultados evidencian que los jóvenes estudiantes obtuvieron mayores puntajes a diferencia de los jóvenes jornaleros, en la totalidad de la prueba de resiliencia ($t(186) = -3.98, p = 0.000, d = 0.65$), dimensiones que la integran como la competencia personal $t(186) = -4.45, d = 0.73$ y aceptación de sí mismo y de la vida $t(186) = -2.23, p = 0.026, d = 0.36$. Se llegó a la conclusión que, a mayor nivel de estudios, mayor resiliencia.

De Almeida & Benevides (2018) publicaron su investigación en la *Revista de Psicología Redalyc*, titulada “Habilidades sociales, coping, resiliencia y resolución de problemas en estudiantes de Psicología”. El objetivo fue identificar la relación entre resiliencia, coping, habilidades sociales y resolución de problemas, comparar los constructos en estudiantes de Psicología con estudiantes de otras áreas de las ciencias humanas. La muestra fue de 816 estudiantes universitarios de instituciones públicas y privadas del estado de Río de

Janeiro, con edades de 17 y 44 años. Los instrumentos son el Inventario de Habilidades Sociales, Escala de Resiliencia para adultos y la Escala de Habilidades para la Resolución de problemas. Los resultados revelaron diferencias entre los grupos de estudiantes en lo que se refiere al déficit de habilidades sociales y la correlación positiva entre la Escala de Afrontamiento y Escala de Habilidades para la Resolución de Problemas.

Caldera, Reynoso, Angulo, Cadena y Ortiz (2018) publicaron su investigación en la *Revista Escritos de Psicología* titulada: “habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región altos sur de Jalisco, México”. El objetivo fue estudiar la relación entre las habilidades sociales y el autoconcepto en estudiantes universitarios pertenecientes a una institución tecnológica del estado de Jalisco, México. La muestra es no probabilística incidental conformada por 482 estudiantes de ambos sexos. Los instrumentos son la Escala de Habilidades Sociales (Gismero, 2000) y la Escala de Autoconcepto (AF-S). Los resultados señalaron que existe correlación media y positiva entre las variables estudiadas, evidenciadas en diferencias respecto al sexo en la puntuación total del autoconcepto y factores emocionales; con estos resultados se reafirma que las personas jóvenes cuentan con habilidades sociales especialmente con el autoconcepto.

Otáñez (2017) ejecutó la investigación titulada: “Efectos de los estilos de vida saludables en las habilidades sociales en jóvenes”. Donde participaron 263 estudiantes de la ciudad de México, con rango de edad de 16 a 21 años, el tipo de muestreo no probabilístico intencional y se tuvo como objetivo establecer los efectos de los estilos de vida saludable en las habilidades sociales en los jóvenes. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Perfil de Estilo de vida (PEPS-I) versión validada en México por Pender y la Escala de habilidades sociales de Gismero. Se estableció que los estilos de vida con respecto a la dimensión de autorrealización, ejercicio y soporte interpersonal afectan de manera positiva a las habilidades sociales.

Mendo, León, Felipe, Polo y Palacios (2016) publicaron su investigación en la *Revista de Psicodidácticas* titulada: “Evaluación de las habilidades sociales de estudiantes de Educación Social”; cuyo objetivo fue investigar la influencia de la asignatura habilidades sociales en la capacidad de mejora de las habilidades sociales, así como de la reducción de la ansiedad social en los estudiantes de grado en educación social. La metodología empleada es cuasiexperimental, diseño pretest y posttest, además del seguimiento de grupo de control. La muestra utilizada es incidental de 132 estudiantes de 18 y 55 años. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Habilidades Sociales de Gismero y el Cuestionario de ansiedad social para adultos (CASO-A30). Los resultados evidenciaron diferencias estadísticamente significativas con el factor autoexpresión en situaciones sociales. En cuanto a la ansiedad social, los resultados apoyan la relación entre habilidades sociales y ansiedad social, ya que el entrenamiento realizado durante la asignatura de habilidades sociales redujo la ansiedad. Sugieren la necesidad de crear nuevas vías para que los estudiantes universitarios mejoren sus habilidades sociales.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Osorio (2019) publicó su investigación para obtener el grado académico de Maestría, titulada: “Habilidades Sociales y Resiliencia en los estudiantes en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Chillia-La Libertad, 2019”; cuyo objetivo fue determinar la relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público Chillia-La Libertad, 2019. Asimismo, el diseño fue descriptivo correlacional, de corte transversal. La muestra utilizada estuvo conformada por 80 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Habilidades Sociales de Gismero y la Escala de Resiliencia. Se obtuvo como resultado que las habilidades sociales tienen el nivel alto, correspondiente al nivel alto de resiliencia. Se llega al término de que las habilidades sociales

tienen relación directa ($Rho= 0.797$) y significativamente ($p= 0.00$) con resiliencia en los estudiantes, se prueba la hipótesis planteada con alta relación.

Ita (2019) realizó la investigación para obtener el grado de Maestría, titulada: “Resiliencia y desarrollo de habilidades sociales en una Universidad Privada, 2019”. El objetivo fue establecer la relación entre la resiliencia y el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de la Universidad Arzobispo Loayza, Lima-2019. Empleó el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel correlacional, tipo básica y corte transversal. Muestra probabilística conformada por 89 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (2016), la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Gismero. Se obtuvo como resultado que existe relación significativa entre resiliencia y habilidades sociales, esta relación adquirió coeficiente de 0,819 estableciéndose relación alta según el coeficiente de Rho de Spearman.

Vicente (2019) investigó sobre “Resiliencia y Satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana”. El objetivo fue determinar si existe relación entre la resiliencia y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. La metodología empleada es muestreo no probabilístico y por conveniencia, de 200 estudiantes de ambos sexos, diseño empírico y estrategia asociativa correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young del 1993 y la Escala de Satisfacción con la vida de Diener de 1985. El resultado menciona que, existe correlación negativa de magnitud mediana y altamente significativa entre resiliencia y satisfacción con la vida en los estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, lo cual hace referencia que a mayor resiliencia habrá mayor satisfacción con la vida.

Peña y Guillen (2018) realizaron la investigación titulada: “Nivel de resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística Especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública “Condorcunca”-Ayacucho-2018”. El objetivo fue determinar la relación que existe entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes de la carrera de Educación Artística Especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública “Condorcunca”, Ayacucho-2018. La metodología empleada se basa en el enfoque cuantitativo de corte no experimental, de diseño descriptivo correlacional. La población es de 114 y la muestra de 60 estudiantes. El instrumento es Escala de Resiliencia para Escolares de Saavedra y Castro del 2008, Evaluación de Habilidades Sociales del Programa de prevención de conductas violentas del instituto nacional especializado de salud mental “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi”. Se dio como resultado que el 61.7 % de la muestra presenta nivel alto de resiliencia y 51.7 %, alta habilidad social. Por lo tanto, existe relación entre nivel de resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes evaluados.

Pardo (2018) realizó la investigación denominada: “Habilidades “”oestima en estudiantes universitarios”. El objetivo fue determinar la relación entre las habilidades sociales y la autoestima en estudiantes universitarios de una universidad de Lima Metropolitana. La muestra utilizada fue de 208 participantes, de 18 a 30 años de edad de los ciclos IV, VI y VIII. La metodología empleada es diseño no experimental, transaccional o transversal de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la ficha sociodemográfica, la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y Escala de Autoestima de Rosenberg (AER). Como conclusión, gran parte de los estudiantes poseen buen nivel de habilidades sociales con un 67.3 %, seguido de 15.6 %, quienes tienen un nivel excelente, y finalmente un 18.5 % está dentro de la media.

2.2. Marco Conceptual

2.2.1. Concepto de resiliencia

Según Grotberg (1999), la resiliencia es “la capacidad que permite la adaptación ante cualquier tipo de circunstancia desventajosa que coloca al ser humano en condiciones desfavorables para alcanzar el éxito en la vida, sean de índole personal, familiar, social, educativo” (p. 243). En el cual interactúan factores tales como los siguientes: soporte social (yo tengo), habilidades (yo puedo) y fortaleza interna (yo soy y yo estoy); por lo tanto, la resiliencia es parte del proceso evolutivo que debe ser promovido desde la infancia.

La Asociación de Psicología Americana (2021) señala lo siguiente:

La resiliencia es el proceso de adaptarse bien a la adversidad, trauma, tragedia, amenaza, tensión significativa, como problemas familiares o de relaciones personales, problemas serios de salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras. Significa rebotar de una experiencia difícil, como si uno fuera una bola o un resorte (párr. 1).

2.2.1.1. Factores de resiliencia

a. Factores protectores

Medina (2015) menciona que “son eventos biológicos o psicológicos que desarrollan la capacidad del ser humano de resistir o sobreponerse a los riesgos” (p. 125). Por lo tanto, favorecen el bienestar a partir de la promoción de la autoestima y de la eficiencia de las relaciones interpersonales brindando seguridad, apoyo y oportunidades por medio de las relaciones parentales, familiares, ambientales o hereditarias.

b. Factores de riesgo

Según la bibliografía revisada son eventos que aumentan las posibilidades negativas, ligados a la vulnerabilidad, morbilidad o mortalidad futura, cuyas características internas o

externas generan el incremento de probabilidad o predisposición de que un fenómeno nocivo se genere.

El riesgo se enfoca en daño biológico, psicosocial, pobreza, migraciones familiares, disfuncionalidad familiar, padres consumidores de sustancias psicoactivas, alteraciones psiquiátricas familiares, baja autoestima adolescente, influencias negativas de los pares, factores de personalidad, conducta antisocial, que conlleva al fracaso escolar, deserción escolar, entre otros (Kotliarenco, Cáceres y Álvarez, 1996).

2.2.1.2. Dimensiones de resiliencia

a. Dimensión interna

Según Fabián y Medina (2016), esta dimensión es psicológica porque se centra en la mente y es quien dirige las metas a través de la guía de la conducta creativa (p. 37). Son aspectos que permiten al estudiante autoanalizarse y tener presente de cómo es. Esto implica conocer a detalle cómo son sus virtudes, defectos, como es el manejo emocional, autoestima, confianza en sí mismo, estos recursos pueden servir para poder afrontar el contexto exterior o jugar en contra

b. Dimensión externa

Esta dimensión es promovida por factores del entorno del individuo como la familia, amigos, instituciones, debido a que actuarán para el bienestar y el cuidado de las personas cuando estén en contextos de riesgo.

Según la Organización Panamericana de la Salud (2020), los seres humanos necesitan del contacto con el resto de individuos, debido a que esto proporciona conductas positivas, en las cuales se hacen activos, flexibles y adaptables. En tal sentido, estas cualidades hacen que se demuestre conductas en beneficio de las relaciones con las demás personas, además de promover el comportamiento social.

2.2.1.3. Clasificación

a. Resiliencia individual

Dyery & Mc Guinnes (1996) señalan que es el “proceso mediante el cual las personas se recuperan de la adversidad y pueden salir adelante en sus vidas” (p. 279).

b. Resiliencia familiar

Simon, Murphy & Smith (2005) indican lo siguiente: “Capacidad de la familia para responder de forma positiva a una situación adversa, salir fortalecido, inclusive con mayores recursos y mayores niveles de confianza” (p. 431).

c. Resiliencia comunitaria

Habilidad de los miembros de una comunidad para tomar acciones significativas, deliberadas y colectivas para resolver el impacto de un problema, incluyendo la capacidad de evaluar el entorno, intervenir y seguir adelante. Según Kotliarenco, Cáceres y Álvarez (1996), la autoestima colectiva es considerada un elemento significativo en la resiliencia comunitaria porque la humanidad ha de sentir orgullo de su localidad, así como de la belleza y bondades de la misma (p. 61).

d. Resiliencia psicológica

Seligman y Czikszentmihalyi (2000) señalan lo siguiente: “Se centra esencialmente en las fortalezas y aspectos positivos presentes en los seres humanos, centrándose en estudiar condiciones que posibilitan un desarrollo sano, positivo y no en aspectos de alto riesgo para la salud física y mental” (p. 27).

2.2.1.4. Modelos teóricos

a. Modelo de los siete pilares de la resiliencia. Mándala de la resiliencia

Este modelo muestra cuáles son las cualidades de las personas, donde en el centro se ubica la persona y de esta se generan siete características de resiliencia:

Introspección. A mayor autoconocimiento se obtiene enfrentamiento positivo con la adversidad, implica verse a sí mismo en cuanto a pensamiento, emociones, y actos.

Independencia. Aptitud de tener distancia emocional y física sin alcanzar el aislamiento, que involucra construir límites en uno mismo y ambientes desfavorables.

Capacidad de relacionarse. Construir lazos con otras personas que permitan desarrollar las habilidades sociales y ponerse en lugar del otro.

Iniciativa. Hacerse cargo de nuestros propios problemas sin designarlos a nadie y tener manejo sobre ellos.

Humor. Encontrar lo divertido en la desventura. Estar de humor beneficia a superar limitaciones e inconvenientes.

Creatividad. Salir de lo común y generar nuevas ideas que pongan una pausa al caos y desorden.

Moralidad. Discriminar entre lo que es posible y lo que no, acorde a la conciencia moral y valores (Wolin & Wolin, 1993, citado por Lozada, 2018).

b. Modelo de Grotberg

El modelo ayuda a desarrollar personas resilientes, lo que favorece la aptitud de enfrentamiento de infortunios. La guía consta de la interacción de tres factores: yo tengo (apoyo social), yo puedo (habilidades personales), yo soy y estoy (fortalezas internas).

Yo tengo: personas en quienes se confía, que ponen límites, son correctos al proceder y desean aprender solos, además ayudan cuando se está en peligro.

Yo puedo: comunican sobre lo que causa miedo, resuelven problemas, tienen control al intento de algo peligroso, buscan el momento propicio con alguien, y encuentran a alguien que ayuda.

Yo soy: son personas por quien el resto siente aprecio, sienten bienestar cuando se realiza algo oportuno para el resto, y tiene respeto por las personas y el entorno (Grotberg, 1995).

c. Modelo de Henderson y Milstein

Modelo adecuado para el ámbito educativo, basado en seis pasos para edificar la resiliencia:

Objetivo primero: mitigar los riesgos individuales y del ambiente.

Enriquecer los vínculos: fortalecer relación entre docente y alumno, del mismo modo con los miembros de la entidad.

Fijar límites claros y firmes: disminuir riesgos de implementar metodologías y normas coherentes.

Enseñar habilidades para la vida: integrar las habilidades sociales y la posibilidad de implantar la inteligencia emocional y social.

Objetivo segundo: promover la resiliencia.

Ofrecer oportunidades de participación significativa: incentivar la designación de responsabilidades para generar mayor resolución de problemas y confianza en la comunidad escolar.

Establecer y transmitir expectativas elevadas: comprender que toda meta, aspiración u objetivos positivos pueden lograrse; autoconfianza y en los demás; aliento a sí mismo y a otros.

Brindar afecto y apoyo: ofrecer por parte del docente o tutor el papel imprescindible de quien proporciona respaldo y apoyo cuando los alumnos estén atravesando dificultades de cualquier índole (Henderson & Milstein, 2003, p. 84).

2.2.2. Concepto de habilidades sociales

Caballo (2007) señala lo siguiente: “Las habilidades sociales son una serie de conductas, gestos que expresan sentimientos, actitudes, deseos y derechos de cada individuo, el desarrollarse de manera adecuada permite resolver satisfactoriamente los problemas con los demás” (p. 20). Además, Sánchez (2017) define a las habilidades sociales como aquellas destrezas que nos llevan a resolver problemas, a comunicarnos efectivamente y poder expresar nuestros sentimientos, pensamientos y acciones de forma acertada, para poder garantizarnos relaciones estables y duraderas.

Las habilidades son importantes y enriquecedoras, ya que con ello se podrá desarrollar capacidades que permitan mantener comunicación, influir, persuadir, teniendo así la facilidad para resolver cualquier tipo de conflicto en la sociedad. Londoño (2009) señala lo siguiente:

Estudios revelaron que un porcentaje alto de personas presentan estas habilidades de manera innata, y al pasar el tiempo estas se logran potenciar, llamándolas a estas personas dotadas de inteligencia lingüística, ya que tienen la capacidad de utilizar la palabra de manera efectiva, esta puede ser oral o escrita (p. 11).

Para Goldstein (1980), las habilidades sociales son lo siguiente:

Conjunto de distintas habilidades y capacidades generales como también específicas lo cual ayuda a crear un adecuado contacto interpersonal y resolver problemas interpersonales, considerándose así el área socioemocional, ya sea desde actividades

básicas como también avanzadas. Del mismo modo, las habilidades sociales se manifiestan en el manejo de las primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades para manejar sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para manejar el estrés y finalmente habilidades de planificación (p. 56).

2.2.2.1. Componentes

Caballo (2007), en su libro manual de evaluación y formación de las habilidades sociales, da a conocer sobre los componentes que intervienen al momento de que los individuos expresan sus habilidades sociales, estas son las siguientes:

a. Componentes conductuales.

Características de los elementos conductuales de mayor interés de las habilidades sociales:

Comunicación no verbal. El ser humano no puede platicar, es inhábil de comunicarse verbalmente ante los demás; sin embargo, podrá comunicarse por las expresiones de su rostro o de su cuerpo.

La mirada. Se define a la mirada como se observa a otra persona por medio de los ojos, por lo común en la mitad superior de la cara, por tanto, una mirada mutua implica concretar un contacto ocular entre dos personas.

La expresión facial. Existen seis expresiones principales de las emociones, las cuales son la alegría, sorpresa, tristeza, miedo, ira y asco; están expresadas en el rostro específicamente en las tres regiones faciales, estas son la frente, las cejas y ojos/párpados y también la mandíbula.

Las sonrisas. La sonrisa es la expresión utilizada más común, esta puede ser en diferentes escenarios, ya sea una sonrisa de alegría, de miedo, de susto y se da ante determinadas situaciones.

La postura corporal. El ser humano tiene tres posturas principales: el estar de pie; sentado, agachado o arrodillado; y finalmente echado. Asimismo, se hace referencia a las posturas congruentes, lo cual expresar acuerdos, pero las no congruentes pueden expresar diferencias provocando así distancias entre personas.

b. Componentes cognitivos

Se sabe que las situaciones y los ambientes influyen en el pensamiento, sentimiento y acciones de los individuos, siendo estos objetivos pasivos a nivel ambiental. En este proceso es importante la manera como son percibidas y seleccionadas las situaciones, los estímulos y los acontecimientos, de la misma manera como son percibidas, construidas y evaluadas en sus procesos cognitivos.

c. Componentes fisiológicos

Según Caballo (1993), a pesar de existir una amplia gama de estudios de las habilidades sociales, muy pocos han empleado las variables fisiológicas. Uno de los indicadores de esta dimensión fue la presión sanguínea, lo cual hace referencia a que para medir esta variable utilizaron un instrumento, que media la presión arterial, por lo cual concluyeron que la presión sanguínea no tenía una relación en cuanto a sus investigaciones.

2.2.2.2. Características

Según Monjas (2007), las habilidades sociales cuentan con algunas particularidades representativas, que a continuación serán explicadas detalladamente en las siguientes líneas:

- Son conductas manifiestas, es decir, son aprendidas y además siendo manifestadas en escenarios donde exista relaciones interpersonales, dentro de ello se incluye comportamiento ya sean verbales o no verbales.
- Direccionadas al logro de reforzamientos sociales, externos como internos, asimismo pueden ser reforzamientos personales, que dentro de ello se considera al autoreforzamiento y autoestima.
- Establecida por el contexto social, cultural y una posición concreta, específica en que tiene lugar.
- Están influidas por las ideas, creencias y valores como todo tipo de conducta, esto será respecto de la situación y del actuar del individuo como también de los demás.
- Tanto las deficiencias como los excedentes de la conducta de interacción personal pueden ser especificados con el fin de intervenir en ellos, ya sea de manera individual o grupal (p. 21).

2.2.2.3. Dimensiones

Según Goldstein en 1980, considera seis dimensiones para las habilidades sociales:

a. Primeras habilidades sociales

Los indicadores de esta dimensión son atender, iniciar y mantener una conversación, así como también si se presenta alguna duda saber preguntar, ser respetuosos con los demás. Según Caballo (2007), los ambientes influyen tanto en el pensamiento, sentimiento y acciones del individuo, para ello el ser humano debe de contar con elementos conductuales básicos como son la comunicación no verbal, la mirada, la expresión facial, las sonrisas y la postura corporal.

b. habilidades sociales avanzadas

Según Monjas (2007), la segunda dimensión se basa en que las personas suelen pedir ayuda ante una situación que no pueden solucionar, así mismo son personas que tienen la capacidad de dar y seguir instrucción. Las características más representativas para esta dimensión son conductas aprendidas lo cual se manifiesta en ambientes donde existe relación con los pares, ello puede contar con reforzamientos personales.

c. Habilidades para manejar sentimientos

Según Guzmán (2015), las personas presentan las siguientes características: conocer, expresar y comprender los sentimientos propios y de los demás. Además, que suelen expresar su afecto hacia los demás. La verbalización de los sentimientos genera dificultad, sobre todo el caso de los varones, quienes tradicionalmente han sido educados en la morigeración u ocultamiento de la afectividad; de hecho, la afectividad ha sido conferida al mundo femenino, sin embargo, en esta década es frecuente observar la expresión afectiva masculina, es ahí donde la libertad alcanza su plenitud.

d. Habilidades alternativas a la agresión

Para esta dimensión, las características son las siguientes: pedir permiso para realizar alguna actividad, de la misma manera negociar con los demás, pero siempre defendiendo sus propios derechos. La agresión para Bandura, en 1986, fue considerada como la conducta que produce daños a la persona y destruye la propiedad. Según Contini (2015), “esta lesión puede adaptarse de forma psicológica en demérito, así como degradación” (p. 35). Goldstein plantea que la existencia de mayor conflicto en las escuelas, es debido a que no solo se necesita aprender a respetar a los demás o a no responder de manera negativa frente a molestias; sino que es necesario promover capacidades para una buena interacción social a partir de las características dadas a conocer.

e. Habilidades para el manejo de estrés

Una característica resaltante es que estas personas suelen manejar la presión de grupo, teniendo la capacidad de responder tanto a la persuasión como al fracaso, teniendo un adecuado manejo cuando hay alguna acusación. Pérez y García (2010) mencionan que debido a que el estrés hace que los seres humanos se sientan tensionados o presionados cuando dan valor a la exigencia de una determinada situación porque sobrepasa las habilidades o recursos y puede ser difícil salir airoso de ella, ya que cuesta adaptarse a las demandas de las circunstancias (p. 159). Por lo tanto, para Sierra (2017), las habilidades para el manejo del estrés en los estudiantes responden a una necesidad actual que exige a las instituciones de educación superior en desarrollo de conocimientos teóricos y metodológicos que permitan dar respuesta a los problemas de salud.

f. Habilidades de planificación.

Según Cognifit (2021), esta última dimensión hace referencia a la toma de iniciativa, que es establecer metas precisas y claras, de la misma manera es capaz de ordenar los problemas en función de su importancia. Esta habilidad cognitiva forma parte de las funciones ejecutivas, porque brinda la capacidad para pensar en el futuro, anticiparse mentalmente a la forma educada de producir una tarea o conseguir una meta específica. Arroyo, Korzenioui y Espósito (2014) señalan que es la habilidad compleja, debido a la demanda de otras funciones, tales como el manejo de impulsos, atención sostenida, evocación de trabajo, inhibición cognitiva, flexibilidad cognitiva y monitoreo, lo cual involucra idear cambio a partir de contextos presentes, predecir consecuencias, formar y escoger opciones, que dirija la acción para el logro de objetivos.

2.2.2.4. Modelos teóricos

a. Teoría del aprendizaje cognoscitivo social

Esta teoría del aprendizaje cognoscitivo social recalca la idea de que una gran parte del aprendizaje del ser humano se da en el ambiente social. Por medio de la observación, las personas adquieren reglas, conocimientos, habilidades, creencias, estrategias y actitudes. Según Bandura (1987), la teoría general del aprendizaje por observación fue desarrollando poco a poco hasta llegar a cubrir la adquisición y ejecución de diversas habilidades. En este sentido, la teoría comprende aspecto tanto del aprendizaje conductual y cognitivo; el primero hace referencia al entorno donde se desenvuelven las personas haciendo que se comporten de una manera adecuada, lo segundo enfatiza que los factores psicológicos son importantes ya que influyen en las conductas de los seres humanos (p. 31).

Procesos del aprendizaje social

Dentro del proceso de aprendizaje se considera a la mediación como un factor importante. Ante ello existen cuatro procesos de mediación que fueron propuestos por Bandura que son los siguientes: el primero es la atención, es donde un estímulo capta la atención de la persona, este comportamiento a imitar deber ser extremadamente importante para integrarlo en el repertorio de conductas de una persona. El segundo proceso es retener, mantener y conservar en el repertorio de las conductas que existe en el repertorio del comportamiento, sí o sí debe existir la retención para pasar al siguiente proceso. Como tercer proceso está la reproducción, cuando ya existe la conducta en el repertorio de comportamiento, esta es expresada en la sociedad y debe ser repetida para tener capacidad más optimas. Como último proceso está la motivación, que hace referencia a la voluntad e interés de realizar cierta activad, esta trae recompensas y/o castigos valorados por el observador.

A todo ello Bandura concluye que, su teoría del aprendizaje social es importante porque nos hace recordar que, día a día estamos en constante formación de los procesos psicológicos personales. Es entonces gracias a la capacidad de la observar tanto conductas de uno mismo como de los demás, que evaluamos qué funciona y qué no funciona. Sumado a ello que el aprendizaje es útil para formar la personalidad de cada persona.

b. Teoría de la imitación

Se conoce de las habilidades sociales que son un conjunto de conductas, expresadas en actitudes, deseos, sentimiento y derechos de cada ser humano, usados en algún momento para resolver adecuadamente problemas de la sociedad, en este sentido la teoría de la imitación está relacionada a las habilidades sociales, ya que el aprendizaje se da por la observación de los demás, como también de modelos abstractos en los estilos literarios y morales. De la misma manera, existen otras opiniones acerca de la teoría ya mencionada en líneas anteriores que son los siguientes: el desarrollo limita la imitación, hace referencia a que los esquemas de que disponen las personas determinaran sus acciones y acontecimientos. Por otro lado, se manifiesta que la imitación es condicionada que, mediante el condicionamiento, las pequeñas unidades formaran de poco a poco cadenas de respuesta más complejas. Un punto importante de este apartado es que la respuesta imitada debe de formar parte ya del repertorio de conductas. Así mismo, resaltan que la conducta es instrumental, ya que la conducta es aprendida, porque junto a ella lleva el reforzamiento.

c. Perspectiva de la psicología positiva

Durante el siglo XX se realizó numerosas investigaciones sobre la inteligencia, que trajo como consecuencia una excelente definición del constructo ya mencionado; de la misma manera hubo una metodología concisa para su evolución. Por otro lado, la práctica psicopedagógica y clínica fueron presentando la complejidad del funcionamiento cognitivo de

un sujeto y la complejidad para establecer pronósticos verídicos sobre el éxito en la vida diaria, pero esto a partir de las pruebas de coeficiente intelectual.

Los estudios de las habilidades de interacción social hacen referencia al importante papel que cumplen, específicamente en la infancia y en la adolescencia temprana. Vinculándose así al impacto que posiblemente tenga en la organización psicológica de los adolescentes, de la misma manera en la calidad de vida, inclusión escolar y social. Desde la perspectiva de las habilidades sociales pueden considerarse dentro del estudio de la psicología positiva.

d. habilidades sociales y relación con sus pares

Es de conocimiento de todos acerca de la importancia del vínculo entre una madre y su hijo, por lo que también se sabe que dentro de ello están incluido las habilidades sociales. Ante la premisa de diversas investigaciones se llegó a comprobar la importancia de las relaciones con los pares en la etapa de la niñez y de la adolescencia, esta existencia de relaciones con sus pares promueve interacción social, impactando de esta manera de manera positiva a la salud psíquica del sujeto.

Las habilidades sociales constituyen el comportamiento socialmente competente. Si bien es cierto es complicado definirlo como tal, existen parámetros en los que muchos estudios concuerdan, permitiendo de esta manera conceptualizar dicho comportamiento. Dentro de esos parámetros están los siguientes: el consenso social, la efectividad y el carácter situacional. En las siguientes líneas se detallará cada concepto anteriormente mencionado: *consenso social*, se refiere a que un comportamiento es considerado correcto, si este cuenta con la aprobación del grupo; *efectividad*, que se refiere a una conducta que es habilidosa en la medida que conduce a la obtención de aquello que se propone; *carácter situacional*, que es importante tener en cuenta

el grado de familiaridad que existe con el interlocutor, de la misma manera el género y cuál es el propósito de la interacción.

2.3. Definición de Términos Básicos

Aprendizaje. La Real Academia Española (2019) la define como la acción y consecuencia de aprender algún arte, oficio u otra cosa.

Aprendizaje Social. Garrido (2015) señala que las personas poseen capacidad de aprender observando a un modelo o recibiendo instrucciones.

Autoeficacia. García (2017) indica que el psicólogo Bandura acuñó el término, como creencia que se tiene sobre la propia capacidad para establecer y elaborar acciones solicitadas y manejar contextos que se nos presentan.

Comunicación. El Diccionario Panhispánico del Español Jurídico (2020) lo define como el acto, gesto o actitud que permite trasladar mensajes entre los miembros de un grupo social o entre diversos grupos sociales.

Estudiante. La Real Academia Española (2019) la define como la persona que cursa estudios en un centro de enseñanza.

Factores de riesgo. La Organización Mundial de la Salud (2021) señala que es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir un enfermedad o lesión.

Habilidades sociales. El Centro de Recursos de Promoción y Educación para la Salud (2017) las define como aquellas aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo que nos permita enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida diaria.

Resiliencia. La Real Academia Española (2021) menciona que es la capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversa.

Resiliencia educativa. Según Villegas (2017), se entiende como “la capacidad del estudiante de superar y adaptarse a las dificultades y retos que conlleva obtener buenos resultados en su centro de estudios y proceso de aprendizaje, a partir de adecuada metodologías y trabajo cooperativo entre docente-alumno” (p. 680).

Vulnerabilidad. Según Cabieses, Bernal, Obach & Pedrero (2016), “el tema es multidimensional y complejo, por lo cual contiene dimensiones como peligros internos y peligros externos que implica carencia de aptitud a nuevos recursos” (p. 27).

Capítulo 3

Formulación de hipótesis de investigación y variables

3.1. Hipótesis General

H₁: Existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

H₀: No existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

3.2. Hipótesis Específicas

H₁: Existe relación significativa entre resiliencia y primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

H₁: Existe relación positiva entre resiliencia y habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo, mayor nivel de resiliencia (2021).

H₁: Existe relación significativa entre resiliencia y habilidades para manejar sentimientos en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo, mayor nivel resiliencia-2021.

H₁: Existe relación positiva entre resiliencia y habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

H₁: Existe relación positiva entre resiliencia y habilidades para manejo de estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo, mayor nivel de resiliencia (2021).

H₁: Existe relación significativa entre resiliencia y habilidades de planificación en los estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021).

3.3. Identificación y Clasificación de las Variables

Variable 1: Resiliencia

Variable 2: Habilidades sociales

3.4. Operacionalización

Tabla 1

Operacionalización de la variable resiliencia

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Resiliencia Fabián y Medina (2016) señalan que es la “capacidad que tiene un individuo de generar factores biológicos, psicológicos y sociales para resistir, adaptarse y fortalecerse, ante un medio de riesgo, generando éxito individual, social y moral” (p. 11).	Vulnerabilidad	Área académica	5, 18, 34, 33	Escala de Likert
		Área social	2, 6, 9, 10, 15, 19, 20, 27	
	Autoeficacia	Área académica	11, 12, 14, 17, 21, 22, 23, 25, 26, 28	
		Área social	1, 3, 4, 7, 8, 13, 16, 24, 29, 30, 31, 32	

Tabla 2

Operacionalización de la variable habilidades sociales

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Habilidades sociales Lazo (2018) señala lo siguiente: “Capacidad que posee el individuo para relacionarse adecuadamente con las personas y que le permite resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás” (p. 46).	Primeras habilidades sociales	Escuchar; iniciar una conversación; mantener una conversación; formular una pregunta; dar las gracias; presentarse; Presentar a otras personas; hacer un cumplido	1-9	Escala de Likert
	Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda; participar; dar y seguir instrucciones; disculparse; convencer a los demás	10-14	
	Habilidades relacionadas con el sentimiento	conocer los propios sentimientos; expresar los sentimientos; comprender los sentimientos de los demás; enfrentarse con el enfado de otro; expresar afecto; resolver el miedo; auto recompensarse	15-21	
	Habilidades alternativas a la agresión	pedir permiso; compartir algo; ayudar a los demás; saber negociar; empezar el autocontrol; defender los propios; derechos; responder a las bromas; evitar los problemas con los demás; no entrar en peleas	22-30	
	Habilidades para manejo de estrés	formular una queja; responder a una queja; demostrar deportividad después del juego; resolver la vergüenza; arreglárselas cuando le dejen a un lado; defender a un amigo; responder a la persuasión; responder al fracaso; enfrentarse a los mensajes contradictorios; responder a una acusación; Prepararse para una conversación difícil; hacer frente a las presiones de grupo	31-42	
Habilidades de planificación	Tomar decisiones; discernir sobre la causa de un problema; establecer un objetivo; determinar las propias habilidades; recoger información; resolver los problemas según su importancia; tomar decisiones; tomar decisiones	43-50		

Capítulo 4

Diseño Metodológico

4.1. Enfoque de Investigación

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la investigación tiene un enfoque cuantitativo, cuyo propósito es analizar los hechos observables, carácter probatorio y secuencial, en el que cada etapa tiene sucesión a través de cuantificación y la medición. De este modo, se formulan hipótesis y se construye teorías (p. 4).

4.2. Tipo de Investigación

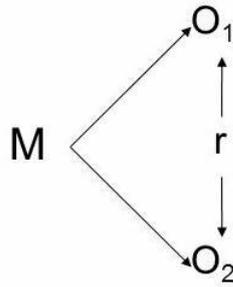
Según Gallardo (2017), la presente investigación es de tipo básica, porque el estudio tiene como finalidad la obtención y recopilación de información para generar nuevos conocimientos a la información previa (p. 53).

4.3. Nivel de Investigación

Es correlacional, ya que según Hernández, Fernández y Baptista (2014) este estudio se basa en medir las variables para luego cuantificarlas, luego ser analizadas y establecer vinculaciones; seguido a ello mediante pruebas de hipótesis correlacionarlas y aplicar las técnicas estadísticas, por lo que se estima una correlación.

4.4. Diseño de la Investigación

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), el estudio asume el diseño no experimental, de corte transversal de tipo correlacional.

Figura 1*Representación del diseño correlacional*

Donde:

M: Estudiantes de Administración de un instituto privado de Huancayo.

O1: Resiliencia

O2: Habilidades sociales

r: Relación entre la resiliencia y las habilidades sociales

4.5. Población y Muestra

4.5.1. Población

Hernández et al. (2014) afirman lo siguiente: “La población o también denominada como universo es el conjunto de datos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p. 174). Es por tal motivo que en la investigación se considerará a 900 estudiantes entre mujeres y varones, que son la totalidad de matriculados en el 2021, pertenecientes a todos los semestres de la carrera profesional de Administración de Empresas de un instituto privado de Huancayo.

4.5.2. Muestra

Hernández et al. (2014) señalan que “la muestra es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectarán datos, y que tiene que definirse y delimitarse de antemano con precisión, además de que debe ser representativo de la población” (p. 173).

4.5.2.1. Tipo de muestreo

Según Ñaupas, Valdivia, Palacios y Romero (2018), el tipo de muestreo es probabilístico estratificado, debido a que la población está integrada por subgrupos o estratos

que vendrían a ser los semestres, cada quien difieren en cantidad; además permite conocer al investigador la representación de los estratos en la muestra. La representación de cada estrato garantiza a la investigación un alto grado de confiabilidad y, por lo tanto, mayor generalización (p. 340).

4.5.2.2. *Tamaño de muestra*

Hernández et al. (2014) indican que “la muestra es en esencia un subgrupo de la población” (p. 178). Del mismo modo sostienen que una muestra probabilística depende del tamaño de la población, y el tamaño de la muestra determina el nivel de error y el nivel de confianza. De esta manera, el tamaño de la muestra se determinará empleando la siguiente fórmula:

Donde:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

Figura 2. Fórmula probabilística

N: Población

Z: Coeficiente de confianza (99 %)

p: Probabilidad de que se presenta el fenómeno (50 %)

q: Probabilidad de que no se presenta el fenómeno (50 %)

D: Error de muestra (5 %).

El número poblacional es de 900 estudiantes, aplicando la fórmula la muestra es 384 estudiantes matriculados en el 2021 para la carrera de Administración de Empresas de un instituto privado de Huancayo.

4.6. Criterios de Exclusión e Inclusión

4.6.1. Exclusión

- i. Estudiantes que no estudian en el Instituto.
- ii. Estudiantes que no pertenecen la carrera de Administración.
- iii. Estudiantes mayores de 35 años de edad.
- iv. Estudiantes que responden con no en el consentimiento informado.

4.6.2. Inclusión

- i. Estudiantes que pertenecen al instituto privado.
- ii. Estudiantes matriculados en el 2021 a la carrera de Administración.
- iii. Varones y mujeres.

Tabla 3

Distribución muestral por edades

Rango de edad	N.º	F
16-18	83	20,3 %
19-21	159	38,9 %
22-24	93	22,7 %
25-Más	74	18,1 %
Total	409	100,0 %

La tabla 3 representa el total de la muestra distribuida por edades en que se aprecia que el 20.3 % de la muestra está dentro del rango de 16 a 18 años, mientras que el 38.9 % tiene entre 19 a 21 años, 22.7 % entre 22 a 24 años y 18.1 % tiene edades de 25 a más.



Figura 3. Distribución muestral por edades

La figura 3 representa la muestra total distribuida por edades, en el que se aprecia 83 estudiantes dentro del rango de 16 a 18 años, 159 estudiantes dentro del rango de 19 a 21 años, 93 estudiantes entre 22 a 24 años y 74 estudiantes tienen la edad de 25 años a más.

Tabla 4

Distribución muestral por sexo

Sexo	N.º	F
Masculino	153	37,4 %
Femenino	256	62,6 %
Total	409	100,0 %

La tabla 4, representa el total de la muestra distribuida por sexo, donde se evidencia que el 37.4 % son de sexo masculino y el 62.6 % pertenece al sexo femenino.

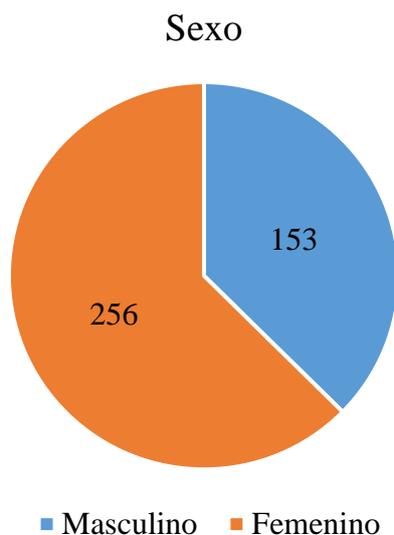


Figura 4. *Distribución muestral por sexo*

La figura 4 representa al total de la muestra distribuido por sexo y donde se evidencia que 153 estudiantes fueron varones y 256 fueron mujeres.

Tabla 5

Distribución muestral por semestre

Semestre	N.º	F
I	113	27,6 %
II	71	17,4 %
III	55	13,4 %
IV	68	16,6 %
V	42	10,3 %
VI	60	14,7 %
Total	409	100,0 %

La tabla 5 representa el total de la muestra distribuida por semestres evidenciándose que el 27,6 % pertenecen al primer semestre, el 17,4 % son del segundo semestre, 13,4 % son estudiantes del tercer semestre, 16,6 % al cuarto semestre, 10,3 % al quinto semestre y 14,7 % al sexto semestre.

Alumnos por semestre

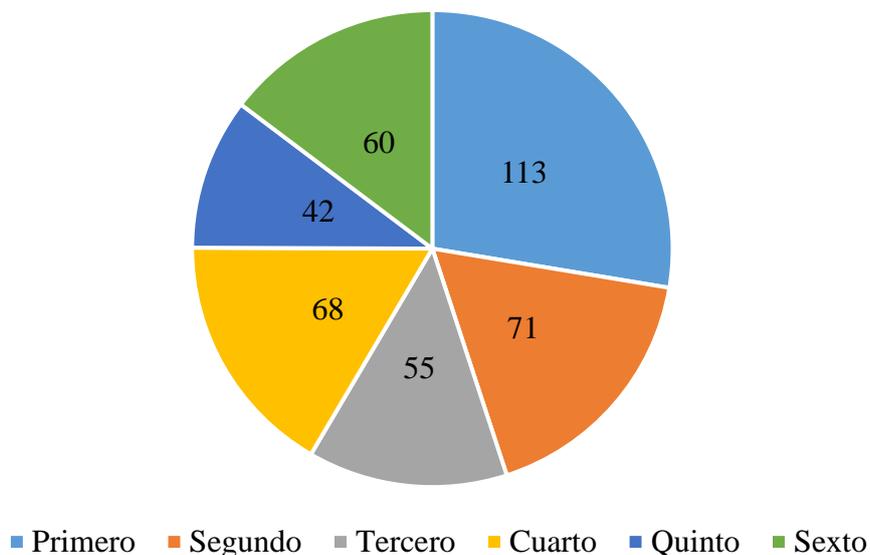


Figura 5. Distribución muestral por semestre

La figura 5 representa el total de la muestra distribuida por semestres como el que se evidencia que 113 estudiantes son del I semestre, 71 estudiantes del II semestre, 55 estudiantes pertenecientes al III semestre, 68 estudiantes del IV semestre, 42 estudiantes al V semestres y 60 estudiantes al VI semestre.

4.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

4.7.1. Técnicas

Para la presente investigación se empleará la encuesta que va a permitir obtener información acerca de resiliencia y habilidades sociales, que está dirigido a estudiantes de educación superior. Afirman Tamayo y Tamayo (2009) que “la encuesta es una técnica que facilita la obtención de información relevante en términos descriptivos, mediante un diseño formulado con provisión, el cual asegurará la rigurosidad de los datos” (p. 24).

4.7.1.1. Instrumento de resiliencia

Nombre: Escala de Resiliencia para Alumnos Universitarios Foráneos (Resfor)

Autores: Medina y Fabián (2016)

Objetivo: Medir el nivel de resiliencia de los estudiantes de 17 años a más.

Administración: Individual o grupal

Puntuación: Likert de 5 puntos donde 4 es siempre, 3 casi siempre, 2 a veces, 1 casi nunca, 0 nunca.

Duración: De 8 a 10 minutos

Ítems: 34 ítems (31 directas, 13 indirectas)

Dimensiones:

Vulnerabilidad. Considera los factores externos que generan estrés psicosocial, que se considera en el ámbito educativo: ansiedad, bajas calificaciones, pobreza, problemas de salud y violencia física o psicológica.

Autoeficacia. Son factores internos e individuales que son empleados frente a la vulnerabilidad. En el ámbito educativo están los siguientes: aceptarse a sí mismo, capacidad de esforzarse, alcanzar objetivos, desarrollar pensamiento lógico, capacidad de generar nuevas soluciones, visión optimista de vida y mundo.

Validez. El instrumento fue sometido a juicio de expertos quienes determinaron que 31 de 34 ítems tienen 0.99, considerado altamente válidos; los tres restantes obtuvieron 0.66 calificados como válidos.

Confiabilidad. Según alfa de Cronbach es 0,835.

4.7.1.2. Instrumento de habilidades sociales

Nombre. Lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

Autor: Arnold Goldstein (1978)

Adaptación: Lazo (2018)

Objetivo: Medir la habilidad social de 12 años a más

Administración: Individual o Colectiva

Duración: 20 minutos

Ítems: 50 ítems

Dimensiones.

Primeras habilidades sociales. Los indicadores de esta dimensión están conformados por lo siguiente: atender, iniciar y mantener una conversación, así como también si se presenta alguna duda saber preguntar. Ser respetuosos con los demás.

Habilidades sociales avanzadas. La segunda dimensión se basa en que las personas suelen pedir ayuda ante una situación que no pueden solucionar, así mismo son personas que tienen la capacidad de dar y seguir instrucción.

Habilidades para manejar sentimientos. Las personas presentan las siguientes características; conocer, expresar y comprender los sentimientos propios y de los demás. Además, que suelen expresar su afecto hacia los demás.

Habilidades alternativas a la agresión. Para esta dimensión, las características son las siguientes: pedir permiso para realizar alguna actividad, de la misma manera negociar con los demás, pero siempre defendiendo sus propios derechos.

Habilidades para el manejo de estrés. Una característica resaltante es que suelen desenvolverse ante la presión de grupo, teniendo la capacidad de responder tanto a la persuasión como al fracaso, con un adecuado manejo cuando le hace alguna acusación.

Habilidades de planificación. Esta última dimensión hace referencia a la toma de iniciativa, establecer metas precisas y claras, de la misma manera es capaz de ordenar los problemas en función de su importancia.

Validez. El instrumento fue sometido a juicio de expertos quienes determinaron que 44 de 50 ítems tienen 0.99, considerado altamente válidos; los tres restantes obtuvieron 0.66 calificados como válidos

Confiabilidad. Según Alpha de Cronbach la Consistencia Interna es 0,9244.

4.8. Procedimiento para Recolección de Datos

Para iniciar este proceso de recolección de datos, lo primero que se realizará es enviar una solicitud dirigida al director de la carrera de Administración del instituto privado, con el objetivo de acceder a la población mencionada en esta investigación y que esta sea realizada de manera ética y responsable. Luego de haber obtenido este permiso de la mayor autoridad, se coordinará la fecha y horario para el desarrollo de reuniones a través de la plataforma virtual Meet. Al inicio de la reunión virtual con los estudiantes, las investigadoras procederán a presentarse y mencionar el objetivo e importancia de la investigación. Luego, se les enviará el link del formulario de Google Forms que contiene el consentimiento informado e instrumentos psicológicos; seguido, los participantes darán la conformidad, aceptación voluntaria y su posterior desarrollo de la evaluación. Al haber concluido, se les agradece por el apoyo y la disponibilidad de tiempo.

4.9. Técnicas de Procesamiento y Análisis de los Datos

4.9.1. Proceso

Para el procesamiento de los datos se empleó el programa Google Forms y Excel 2016; La resiliencia será la primera variable en ser sistematizada, luego habilidades sociales. Cuando

se determine la existencia de correlación entre las variables se utilizará la prueba de correlación de Person que se obtendrá por el programa IBM.SPSS. Statistics 25.

4.9.2. Análisis de datos

Se basa en disgregar los componentes de la información obtenida para luego ser estudiada y de este modo contestar las cuestiones planteadas en la investigación. Asimismo, se utilizará la técnica descriptiva inferencial en las tablas y figuras para interpretar los resultados a obtenerse.

Capítulo 5

Resultados Estadísticos

5.1. Presentación de Resultados

En este capítulo se da a conocer los resultados de la investigación titulada “Relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo-2021”.

5.2. Organización, Análisis e Interpretación de Resultados

5.2.1. Análisis de fiabilidad de los instrumentos

El análisis de cada uno de los instrumentos de investigación considerando la puntuación parcial (por dimensiones) y con la puntuación total permite determinar la confiabilidad de los mismos a través del análisis del Alfa de Cronbach.

5.2.1.1. *Análisis de fiabilidad de la prueba resiliencia*

Tabla 6

Estadística de fiabilidad-Resfor

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N.º de elementos
,880	34

Nota. Resfor = Escala de resiliencia para alumnos universitarios foráneos

La tabla 6 muestra el valor del Alfa de Cronbach de la Escala de Resiliencia para Alumnos Universitarios Foráneos (Resfor) de Medina y Fabián (2016) para sus 34 ítems; aplicado a una muestra de 409 sujetos de un instituto privado de la ciudad de Huancayo; en ella se puede observar que el valor de Alfa de Cronbach es 0,880 y como valor superior a lo establecido en el manual de aplicación del instrumento que hace referencia a 0,835.

5.2.1.2. Análisis de fiabilidad de la prueba de habilidades sociales

Tabla 7

Estadística de fiabilidad-habilidades sociales

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N.º de elementos
,948	50

La tabla 7 indica los valores del Alfa de Cronbach para la prueba de habilidades sociales de Goldstein (1978), con una adaptación realizada por Lazo (2018); en este caso, la muestra corresponde a 409 sujetos, tomando como base las 50 preguntas o reactivos. En ella, se puede observar la puntuación del Alfa de Cronbach es de 0,948 que indica un valor alto y con una confiabilidad muy aceptable para el estudio, al igual que plantea el manual con una Alfa de Cronbach = 0,924 que señala la pertinencia del mismo para aplicar el trabajo de investigación.

5.2.2. Prueba de distribución normal

La prueba de hipótesis de distribución normal permite determinar la forma de distribución de los datos a través de la prueba de distribución de los datos; el cual facilita establecer el uso de los estadísticos paramétricos o no paramétricos en el análisis de correlación entre las variables resiliencia y habilidades sociales. Así mismo, la prueba de distribución normal se realiza considerando la siguiente hipótesis estadística, para cada una de las puntuaciones parciales o dimensiones de cada prueba y sus puntuaciones totales. Además, al tener la cantidad de 409 sujetos involucrados en el estudio, se utiliza la Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra, que se utiliza al tener grupos de estudio superiores a las 50 personas.

Es por ello, que se plantea la siguiente hipótesis estadística, aplicada a todos los indicadores y dimensiones de la resiliencia y para cada una de las dimensiones planteadas en la variable habilidades sociales; asimismo, la prueba se realiza para cada una de las puntuaciones totales de ambas variables en estudio.

Ho: La distribución de los datos de la variable tiene distribución normal.

Hi: La distribución de los datos de la variable tiene distribución no normal.

5.2.2.1. Prueba de distribución normal-resiliencia

a. Análisis de distribución normal para las dimensiones de la variable resiliencia

Tabla 8

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra-dimensiones vulnerabilidad-autoeficacia

		Ptotal dimensión- vulnerabilidad	Ptotal dimensión- autoeficacia
N		409	409
Parámetros normales	Media	33,93	63,59
	Desv. Desviación	5,745	9,854
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,072	,048
	Positivo	,043	,033
	Negativo	-,072	-,048
Estadístico de prueba		,072	,048
Sig. asintótica(bilateral)		,000 ^c	,024 ^c

Nota. Ptotal dimensión vulnerabilidad, Ptotal dimensión autoeficacia

La tabla 8 indica las puntuaciones de los valores hallados en el análisis a través de Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra para determinar la normalidad de la dimensión vulnerabilidad y autoeficacia; siendo en el primer caso el Valor P o (Sig. Bil.) = 0,000 y el segundo caso con un Valor P o (Sig. Bil.) = 0,024. Estos resultados indican que ambas dimensiones tienen una Sig. Asintótica (bilateral) menor a la significancia de prueba = 0,05, lo que permite rechazar ambas hipótesis nulas de distribución normal y asumir que los datos no están distribuidos normalmente.

b. Análisis de distribución normal para la puntuación total de la variable
Resiliencia

Tabla 9

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra-puntuación total resiliencia

		Ptotal Resiliencia
N		409
Parámetros normales	Media	97,52
	Desv. Desviación	14,184
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,046
	Positivo	,046
	Negativo	-,043
Estadístico de prueba		,046
Sig. asintótica(bilateral)		,036 ^c

Nota. Ptotal Resiliencia = Puntuación total de la resiliencia

La tabla 9 muestra las puntuaciones totales de la variable resiliencia, medida a través de la Escala de Resiliencia para Alumnos Universitarios Foráneos (Resfor) de Medina y Fabián (2016); en ella se puede notar el Valor P o (Sig. Bil.) = 0,036 < Sig. = 0,05, lo que permite rechazar la hipótesis nula de distribución normal; por ello, se asume que los datos de la variable. Resiliencia en cuanto a su puntuación total, no presenta una distribución normal; análisis realizado a través de la Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra.

5.2.2.2. Prueba de distribución normal-habilidades sociales

a. Análisis de distribución normal para las dimensiones de la variable habilidades sociales

Tabla 10

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra-dimensiones de las habilidades sociales

		Primeras habilidades sociales	Habilidades sociales avanzadas	Habilidades relacionadas sentimiento	Habilidades alternativas agresión	Habilidades manejo estrés	Habilidades de planificación
N		409	409	409	409	409	409
Parámetros normales	Media	33,84	18,64	25,11	35,64	44,45	31,32
	Desv. Est.	5,541	2,998	4,571	5,377	7,451	5,072
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,050	,116	,055	,059	,035	,068
	Positivo	,050	,065	,055	,041	,035	,051
	Negativo	-,045	-,116	-,054	-,059	-,035	-,068
Estadístico de prueba		,050	,116	,055	,059	,035	,068
Sig. Asintótica (bilateral)		,015 ^c	,000 ^c	,004 ^c	,001 ^c	,200 ^{c,d}	,000 ^c

La tabla 10 contiene los valores de la Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra por cada una de las dimensiones de la variable habilidades sociales de Goldstein (1978) que fue validado por Lazo (2018). En ella, se puede distinguir que el Valor P (Sig. Bil.) es 0,015 para las primeras habilidades sociales, 0,000 para las habilidades sociales avanzadas, 0,004 para las habilidades relacionadas al sentimiento, 0,001 para las habilidades alternativas de la agresión y 0,000 para las habilidades de la planificación. En cada uno de estos casos es menor a Sig. = 0,05, lo que permite rechazar la hipótesis nula de distribución normal de datos, asumiendo que en cada uno de ellos se presenta una distribución no normal. Asimismo, en el caso de las habilidades del manejo del estrés el Valor P (Sig. Bil.) = 0,200 > Sig. = 0,05, lo que permite no rechazar la hipótesis nula de distribución de datos de forma normal para esta dimensión de las habilidades sociales.

b. Análisis de distribución normal para la puntuación total de la variable Resiliencia

Tabla 11

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra-habilidades sociales

		Ptotal habilidades Sociales
N		409
Parámetros normales	Media	188,99
	Desv. Desviación	26,092
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,036
	Positivo	,024
	Negativo	-,036
Estadístico de prueba		,036
Sig. asintótica(bilateral)		,200 ^{c,d}

La tabla 11 presenta las puntuaciones de la Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra de la variable habilidades sociales, en la que el Valor P (Sig. Bil.) = 0,200 > Sig. = 0,05, lo que permite retener la hipótesis nula planteada de distribución normal de datos. Es decir, los datos de la puntuación total presentan una normalidad en la forma de organización de sus valores finales en relación a las habilidades sociales.

5.2.3. Análisis de correlación

El análisis de correlación lineal entre variables permite establecer el grado de asociación o relación entre dos variables cuantitativas o de rangos, para establecer la adecuada prueba estadística a desarrollar, se establece el procedimiento de análisis de distribución normal, como el caso del presente estudio, en la que los indicadores de la variable resiliencia, como son los siguientes: indicador-área académica-vulnerabilidad, indicador-área social-vulnerabilidad, indicador-área académica-autoeficacia y el indicador-área social-autoeficacia; presentan en cada uno de los casos una distribución no normal. Asimismo, en el caso de las dimensiones vulnerabilidad y autoeficacia, las distribuciones no presentan una normalidad en sus datos. En cuanto a las puntuaciones totales de la variable resiliencia, medida a través de la Escala de

Resiliencia para Alumnos Universitarios Foráneos (Resfor) de Medina y Fabián (2016) para sus 34 ítems tampoco presenta una distribución normal.

Por otro lado, en el caso de las dimensiones de la variable habilidades sociales, se ha encontrado que las dimensiones: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas sentimiento, habilidades alternativas agresión y habilidades de planificación presentan una puntuación en el Valor P menor a la significancia de prueba, lo que indica que las puntuaciones no presentan una distribución normal; en cuanto a la dimensión habilidades de manejo del estrés el valor del Sig Bil. Es mayor a la Sig. = 0,05 lo que permite establecer que la puntuación presenta una distribución normal. Asimismo, la puntuación total de la variable habilidades sociales presenta una distribución normal al tener el Valor P superior al Sig. de prueba bilateral.

Es por ello, que se aplica en el análisis de la correlación lineal entre los indicadores, dimensiones y puntuación total de cada una de las variables, el análisis de correlación de Spearman.

Ho: $\rho_s = 0$ (No existe correlación lineal entre la Variable 1 y la Variable 2)

Hi: $\rho_s \neq 0$ (Existe correlación lineal entre la Variable 1 y la Variable 2)

5.2.3.1. Análisis de correlación interna de la variable resiliencia

Es importante realizar el análisis de correlación entre las dimensiones internas de la variable en estudio para determinar los análisis posteriores y la discusión correspondiente en cuanto a los aspectos medidos como evaluados en la investigación.

a. *Análisis de correlación interna de las dimensiones de la variable resiliencia*

Tabla 12

Prueba de correlación Rho de Spearman-dimensiones de la variable resiliencia

			Dimensión- vulnerabilidad	Dimensión- autoeficacia	Ptotal resiliencia
Rho de Spearman	Ptotal dimensión- vulnerabilidad	Coefficiente de correlación	1,000	,582**	,816**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000
	Ptotal dimensión- autoeficacia	Coefficiente de correlación	,582**	1,000	,937**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000
	Ptotal resiliencia	Coefficiente de correlación	,816**	,937**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.
		N	409	409	409

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

La tabla 12 presenta la correlación significativa en el nivel 0,01 (bilateral) para las dimensiones vulnerabilidad y autoeficacia de la variable resiliencia; en ella se puede notar que la correlación entre la vulnerabilidad y la autoeficacia es igual a 0,582 y con la puntuación total es de 0,816; en el caso de la dimensión autoeficacia, el índice de correlación bilateral es de 0,937 con la puntuación total. En cada una de las dimensiones el Valor P (Sig. Bil.) = 0,000 < Sig. = 0,01 lo que permite rechazar $H_0: \rho_s = 0$ (No existe correlación lineal entre la variable 1 y la variable 2); siendo entonces aceptada la H_1 de existencia de correlación entre dichas dimensiones entre sus valores internos y con la puntuación total. Lo que señala que el instrumento está correlacionado entre sus indicadores, dimensioe y cada una de ellas con la puntuación total, siendo significativa en el nivel 0,01 (bilateral) con un valor moderadamente alto a alto.

5.2.3.2. *Análisis de correlación interna de la variable habilidades sociales*

Las habilidades sociales de acuerdo con el instrumento utilizado en la prueba de habilidades sociales de Goldstein (1978), que fue validado por Lazo (2018). En ella, se presentan seis dimensiones: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas sentimiento, habilidades alternativas agresión, habilidades manejo estrés y habilidades de planificación.

a. *Análisis de correlación interna de las dimensiones de la variable habilidades sociales*

Tabla 13

Prueba de correlación Rho de Spearman-dimensiones de la variable habilidades sociales

		Dimensión- primeras habilidades sociales	Dimensión- habilidades sociales avanzadas	Dimensión- habilidades relacionadas sentimiento	Dimensión- habilidades alternativas agresión	Dimensión- habilidades manejo estrés	Dimensión- habilidades de planificación	Ptotal habilidades sociales	
Rho de Spearman	Ptotal dimensión- primeras habilidades sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,641**	,620**	,636**	,614**	,578**	,815**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	Ptotal dimensión- habilidades sociales avanzadas	Coefficiente de correlación	,641**	1,000	,579**	,596**	,589**	,598**	,761**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
	Ptotal dimensión- habilidades relacionadas sentimiento	Coefficiente de correlación	,620**	,579**	1,000	,629**	,630**	,537**	,785**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000
	Ptotal dimensión- habilidades alternativas agresión	Coefficiente de correlación	,636**	,596**	,629**	1,000	,728**	,705**	,865**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000
	Ptotal dimensión- habilidades manejo estrés	Coefficiente de correlación	,614**	,589**	,630**	,728**	1,000	,711**	,887**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000
	Ptotal dimensión- habilidades de planificación	Coefficiente de correlación	,578**	,598**	,537**	,705**	,711**	1,000	,827**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000
	Ptotal habilidades sociales	Coefficiente de correlación	,815**	,761**	,785**	,865**	,887**	,827**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.
		N	409	409	409	409	409	409	409

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

La tabla 13 muestra las puntuaciones de la correlación interna entre las dimensiones de las habilidades sociales con la puntuación total; en ella, se puede determinar el nivel de correlación entre las dimensiones internas y la puntuación de correlación entre las dimensiones con la puntuación total. La dimensión primeras habilidades sociales se relaciona positivamente en 0,641** con la dimensión-habilidades sociales avanzadas; en 0,620** con la dimensión-habilidades relacionadas sentimiento; en 0,636** con la dimensión-habilidades alternativas de la agresión; 0,614** para la relación dimensión-habilidades manejo del estrés y 0,578** con la dimensión-habilidades de planificación. además, el valor de correlación con la puntuación total habilidades Sociales es de 0,815**. Asimismo, la dimensión-habilidades sociales avanzadas con la dimensión-habilidades relacionadas al sentimiento está en 0,579** ; con la dimensión-habilidades alternativas agresión con 0,596** ; para la dimensión-habilidades manejo del estrés 0,589** ; con la dimensión-habilidades de planificación 0,598** y para la puntuación total de las habilidades sociales en 0,761** . Por otro lado, en cuanto a las habilidades relacionadas al sentimiento, las puntuaciones se dan en 0,629** ; 0,630** ; 0,537** para las dimensiones habilidades alternativas agresión, habilidades manejo del estrés, habilidades de planificación y para la puntuación total de las habilidades sociales es 0,785**. Asimismo, en el caso de las dimensiones habilidades alternativas a la agresión es 0,728** en caso de la dimensión habilidades manejo estrés es 0,705** y para las habilidades de planificación 0,865**. Por otro lado, las otras habilidades se ha determinado puntuaciones de 0,711** y 0,887** para la dimensión-habilidades manejo estrés y dimensión-habilidades de planificación. Cada una de estas pruebas, determinan la correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral**); lo que permite rechazar en cada caso la H_0 de no existencia de correlación entre ambas variables.

5.2.3.3. Análisis de correlación entre las dimensiones de la variable resiliencia con las dimensiones de las habilidades sociales

Tabla 14

Prueba de correlación Rho de Spearman-análisis de correlación entre las dimensiones de la variable resiliencia con las dimensiones de las habilidades sociales

		Dimensión- vulnerabilidad	Dimensión- autoeficacia	Dimensión- primeras habilidades sociales	Dimensión- habilidades sociales avanzadas	Dimensión- habilidades relacionadas sentimiento	Dimensión- habilidades alternativas agresión	Dimensión- habilidades manejo estrés	Dimensión- habilidades de planificación	
Rho de Spearman	Dimensión- vulnerabilidad	Coefficiente de correlación	1,000	,582**	,376**	,365**	,323**	,439**	,366**	,497**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	Dimensión- autoeficacia	Coefficiente de correlación	,582**	1,000	,616**	,600**	,481**	,635**	,530**	,652**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	Dimensión- primeras habilidades sociales	Coefficiente de correlación	,376**	,616**	1,000	,641**	,620**	,636**	,614**	,578**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
	Dimensión- habilidades sociales avanzadas	Coefficiente de correlación	,365**	,600**	,641**	1,000	,579**	,596**	,589**	,598**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000
	Dimensión- habilidades relacionadas sentimiento	Coefficiente de correlación	,323**	,481**	,620**	,579**	1,000	,629**	,630**	,537**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000
	Dimensión- habilidades Alternativas agresión	Coefficiente de correlación	,439**	,635**	,636**	,596**	,629**	1,000	,728**	,705**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000
	Dimensión- habilidades manejo estrés	Coefficiente de correlación	,366**	,530**	,614**	,589**	,630**	,728**	1,000	,711**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000
	Dimensión- habilidades de planificación	Coefficiente de correlación	,497**	,652**	,578**	,598**	,537**	,705**	,711**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.
	N		409	409	409	409	409	409	409	409

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

La tabla 14 señala la existencia de correlación de rho de Spearman entre las dimensiones de la resiliencia con las dimensiones de las habilidades sociales, en la que el Valor P (Sig. Bil.) = $0,000 < \alpha = 0,01$; esta correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral) al encontrar en cada uno de los casos con valores que permiten rechazar la hipótesis nula de no existencia de correlación y por ende se establece la relación entre dimensiones de ambas variables.

5.2.3.4. Análisis de correlación entre las dimensiones de la variable resiliencia con la puntuación total de las habilidades sociales

Tabla 15

Prueba de correlación Rho de Spearman-dimensiones de la variable resiliencia con la puntuación total de las habilidades sociales

			Dimensión- vulnerabilidad	Dimensión- autoeficacia	Habilidades sociales
Rho de Spearman	Dimensión- vulnerabilidad	Coefficiente de correlación	1,000	,582**	,468**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000
	Dimensión- autoeficacia	Coefficiente de correlación	,582**	1,000	,690**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000
	Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	,468**	,690**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.
		N	409	409	409

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

La tabla 15 señala la existencia de correlación de rho de Spearman entre las dimensiones de la resiliencia con la puntuación total de las habilidades sociales, en la que el Valor P (Sig. Bil.) = $0,000 < \alpha = 0,01$ lo que permite establecer la existencia de correlación entre las dimensiones de la variable resiliencia con la puntuación total de las habilidades sociales en 0,468 con la dimensión vulnerabilidad y en 0,690 para la relación entre la dimensión autoeficacia con las habilidades sociales; esta correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

5.2.3.5. Análisis de correlación entre las dimensiones de la variable las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia

Tabla 16

Prueba de correlación Rho de Spearman-dimensiones de la variable habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia

		Dimensió n-primeras habilidade s sociales	Dimensión- habilidades sociales avanzadas	Dimensión- habilidades relacionadas sentimiento	Dimensión- habilidades alternativas agresión	Dimensión - habilidades manejo estrés	Dimensión- habilidades de planificació n	Resiliencia	
Rho de Spearman	Dimensión-primeras habilidades sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,641**	,620**	,636**	,614**	,578**	,585**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	Dimensión-habilidades sociales avanzadas	Coeficiente de correlación	,641**	1,000	,579**	,596**	,589**	,598**	,568**
		Sig. (bilateral)	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
	Dimensión-habilidades relacionadas sentimiento	Coeficiente de correlación	,620**	,579**	1,000	,629**	,630**	,537**	,472**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000
	Dimensión-habilidades alternativas agresión	Coeficiente de correlación	,636**	,596**	,629**	1,000	,728**	,705**	,618**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000
	Dimensión-habilidades manejo estrés	Coeficiente de correlación	,614**	,589**	,630**	,728**	1,000	,711**	,522**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	.	,000	,000
	Dimensión-habilidades de planificación	Coeficiente de correlación	,578**	,598**	,537**	,705**	,711**	1,000	,663**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	.	,000
	Resiliencia	Coeficiente de correlación	,585**	,568**	,472**	,618**	,522**	,663**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.
	N	409	409	409	409	409	409	409	

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

La tabla 16 indica la existencia de correlación de rho de Spearman entre las dimensiones de Habilidades Sociales con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor P (Sig. Bil.) = $0,000 < \alpha = 0,01$, lo que permite establecer la existencia de correlación entre las dimensiones de la variable habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia en 0,585 con la dimensión primeras habilidades sociales; 0,568 con la dimensión habilidades sociales avanzadas; 0,472 con la dimensión habilidades relacionadas sentimiento; 0,618 con la dimensión habilidades alternativas agresión; 0,522 con la dimensión habilidades manejo estrés y 0,663 para la relación entre la dimensión habilidades de planificación con la resiliencia; esta correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

5.2.3.6. Análisis de correlación entre la resiliencia y las habilidades sociales

Tabla 17

Prueba de correlación Rho de Spearman-resiliencia y habilidades sociales

			Resiliencia	Habilidades sociales
Rho de Spearman	Ptotal resiliencia	Coefficiente de correlación	1,000	,676**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	409	409
	Ptotal habilidades sociales	Coefficiente de correlación	,676**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	409	409

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

La tabla 17 señala la existencia de correlación de rho de Spearman de las variables en estudio en la presente investigación; la puntuación total de ambas variables para la muestra de estudio, indican que la resiliencia y las habilidades sociales, presentan el Valor P (Sig. Bil.) = $0,000 < \alpha = 0,01$; esta correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). Asimismo, el valor del coeficiente de correlación es de 0,676 positivo, lo que en ambos casos ratifican el

rechazo de la hipótesis nula de no existencia de correlación entre variables y estableciendo la relación de ambas variables, de forma positiva y con un nivel moderado alto.

Capítulo 6

Discusión

Los resultados del presente estudio fueron obtenidos por medio del instrumento de recolección de datos, definido en la población y muestra de la metodología; así mismo, respecto a los instrumentos la Escala de Resiliencia se sometió al análisis de fiabilidad, con el propósito de precisar confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach, y donde se obtuvo un 0.880 mayor al manual; en cuanto a la Escala de Habilidades Sociales es 0.948 superior al manual, según los parámetros representa un alto grado de confiabilidad.

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo determinar la relación que existe entre resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la carrera administración de un instituto privado de Huancayo (2021); a la vez determinar si existe relación entre la resiliencia con cada uno de las dimensiones de habilidades sociales, de este modo se aspira discutir los resultados presentados del estudio así como mencionar o contrastar la relación que estos puedan tener con otras investigaciones que se considere como antecedentes de estudio.

Los resultados de la investigación afirman con un nivel de confianza del P Valor=0.05 =5 % que la relación entre resiliencia y habilidades sociales, como se establece en la hipótesis general es aceptar la hipótesis alterna que se refiere a la existencia de relación significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021); con esta decisión se corrobora la hipótesis planteada en el estudio; tal como se puede evidenciar en los resultados en la tabla N.º17. Esto quiere decir que las capacidades que poseen los estudiantes ya sean biológicos, psicológicos y sociales, se relaciona con la habilidad de poder interactuar adecuadamente con su entorno, permitiéndoles adaptarse a medios de riesgo, para lograr así el éxito individual, social y educativo. Respecto a

lo mencionado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa de investigación, donde refiere que existe relación entre las variables de estudio ya mencionadas.

Los resultados obtenidos mediante el análisis estadístico respecto a la hipótesis general de la investigación, confirma la existencia de correlación significativa de Rho Spearman 0,676 entre resiliencia y habilidades sociales, esto significa que mientras mejor estén desarrollados las habilidades sociales de los estudiantes tendrán mejor capacidad para adaptarse a situaciones de riesgo, concretando así la superación en todas las áreas de sus vidas.

Esto replica los resultados obtenidos en investigaciones como las de Caldera, Reynoso, Angulo, Cadena y Ortiz (2018), en las que se encuentra correlación positiva entre habilidades sociales y autoconcepto. Las investigaciones se asemejan no solo en los resultados, sino también en la población, ambos estudios se realizaron a estudiantes de educación superior. La diferencia radica en las variables e instrumentos de recolección de datos, ya que en la investigación citada realizó la correlación entre autoconcepto y no con la resiliencia.

Estos resultados se asemejan a lo reportado por Ita (2019), quien en el estudio realizado a estudiantes universitarios demostró que existe relación significativa entre resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la Universidad Arzobispo Loayza Lima-2019, evidenciándose un coeficiente de 0,819 con relación alta según en coeficiente de Rho Spearman, dicho resultado significativo. Las investigaciones se asemejan no solo en los resultados, sino en la población; ambos estudios se realizaron en centros de educación superior.

Del mismo modo, Osorio (2019) en su investigación realizada en la Ciudad de la Libertad comprobó que las habilidades sociales tienen relación directa y significativa con la resiliencia según el coeficiente Rho de Spearman en 0,797. La semejanza en los resultados se debería a la población utilizada, debido a que se evaluó a estudiantes de educación superior.

Estos resultados son respaldados por Peña y Guillen (2018), quienes en su investigación llegan a concluir que existe correlación entre sus variables de estudio que fueron resiliencia y habilidades sociales. En tal sentido, bajo lo referido anteriormente y al analizar estos resultados confirmamos que mientras mejor estén desarrolladas las habilidades sociales de los estudiantes, mejor será su capacidad para adaptarse a las situaciones de riesgo.

Este hallazgo difiere con lo reportado por Pardo (2018), quien atribuye que no existe relación entre las habilidades sociales y la autoestima debido a que el nivel de significancia que se obtuvo fue de 0,017. Esto indica que sus variables están actuando de manera independiente la una de la otra. Es incompatible con nuestra investigación, ya que el autor correlacionó las variables habilidades sociales y autoestima.

En cuanto a la primera hipótesis específica, se identificó en los resultados que se acepta la hipótesis alterna, debido a que existe relación significativa entre resiliencia y las primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Lo que evidencia que los estudiantes reflejan conductas para interactuar con los de su entorno social más cercano, utilizando la escucha como elemento esencial y tienen la facilidad de iniciar, mantener y finalizar una conversación, lo cual ayuda a poder presentar a las demás personas y cuentan con la capacidad de sobresalir de situaciones adversas dentro del ámbito personal y educativo. Desde el punto de vista de Caballo (1993), se explica que las primeras habilidades sociales se ven influenciadas tanto en el pensamiento, sentimiento y acciones del individuo. Es por ello que el ser humano debe contar con elementos conductuales básicos, como la comunicación no verbal, mirada, la expresión facial, sonrisa y postura corporal. De esta manera se señala la existencia de correlación de Rho de Spearman entre las dimensiones de las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor $P=$ (significancia bilateral) = $0,000 < \alpha = 0,01$, lo que permite establecer la existencia de

correlación entre la dimensión de primeras habilidades sociales con la puntuación total de resiliencia en 0,585. Esta correlación es significativamente alta.

Respecto a la segunda hipótesis específica, se identificó en los resultados que se acepta la hipótesis alterna de la existencia de relación significativa entre resiliencia y habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Dentro del marco de esta dimensión, los estudiantes presentan actitudes de integración social avanzada, lo cual tiene que ver con participar, dar instrucciones y seguir acorde a lo encomendado; del mismo modo tienen la capacidad de disculparse por haber actuado de manera negativa y ante una situación de persuasión lo realiza satisfactoriamente. Por lo tanto, se coincide con lo manifestado por Monjas (2007), quien atribuye que las conductas son aprendidas y estas se manifiestan en ambientes donde existen relaciones interpersonales y a la vez cuenta con reforzamientos personales. Señalándose así la existencia de correlación de Rho de Spearman entre las dimensiones con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor $P = (\text{significancia bilateral}) = 0,000 < \alpha = 0.01$, lo que permite establecer la existencia de correlación entre la dimensión de habilidades sociales avanzadas con la puntuación total de resiliencia en 0.568. Esta correlación es significativamente alta.

Acorde a la tercera hipótesis alternativa, se identificó en los resultados que se acepta la hipótesis alterna de la existencia de relación significativa entre resiliencia y habilidades relacionadas al sentimiento en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo-2021. Según Guzmán (2015), la verbalización de los sentimientos genera dificultad, sobre todo en el caso de los varones, quienes han sido educados tradicionalmente bajo el ocultamiento de la afectividad, de hecho, la afectividad ha sido otorgado al mundo femenino, pero en la actualidad es frecuente observar la expresión afectiva tanto masculina como femenina, para lograr alcanzar la libertad de expresión. Lo que refiere que los estudiantes presentan la capacidad de comprender sentimientos ya sea a nivel personal como también de

los demás, de la misma manera tienen facilidad de mostrar afecto y pueden resolver el miedo de una óptima manera, sabiendo autocompensarse en el momento propicio y oportuno. Señalándose así la existencia de correlación de Rho de Spearman entre las dimensiones de las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor $P=$ (significancia bilateral) $= 0,000 < \alpha = 0.01$, lo que permite establecer la existencia de correlación entre la dimensión de habilidades relacionadas al sentimiento con la puntuación total de resiliencia en 0,472. Esta correlación es significativamente alta.

En cuanto a la cuarta hipótesis específica, se identificó en los resultados que se acepta la hipótesis alterna de que existe relación significativa entre resiliencia y habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta dimensión indica que los estudiantes tienen la habilidad para mantener el autocontrol de emociones, defienden sus derechos como ser humano y pueden evitar conflictos evadiendo así ser parte de la discusión dentro de su ambiente social. En ese sentido los estudiantes están optando por desarrollar sus capacidades para una buena interacción social que les permite adaptarse y no producirse daños o destrucción de sus pares (Goldstein, 1979). Señalándose así la existencia de correlación de Rho de Spearman entre las dimensiones de las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor $P=$ (significancia bilateral) $= 0,000 < \alpha = 0.01$, lo que permite establecer la existencia de correlación entre la dimensión de habilidades alternativas a la agresión con la puntuación total de resiliencia en 0,618. Esta correlación es significativamente alta.

Respecto a la quinta hipótesis específica, se identificó en los resultados que se acepta la hipótesis alterna de la existencia de relación significativa entre resiliencia y habilidades para manejar el estrés en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021). La población con mayor riesgo de experimentar el estrés son los estudiantes de nivel superior, por lo que es importante la adquisición de estas habilidades para su manejo

en pro del bienestar (Sierra, 2017). Acotando a lo mencionado Pérez y García (2010) señalan que el estrés genera en los seres humanos tensión o presión cuando se le brinda valor a la exigencia y también porque sobrepasa los recursos propios ya que son difíciles y cuesta adaptarse a circunstancias nuevas. La característica más resaltante es que suelen manejar la presión de grupo, teniendo la capacidad de responder tanto a la persuasión como al fracaso, lo cual les permite tener adecuado manejo de alguna acusación. De este modo se evidencia la correlación de Rho de Spearman entre las dimensiones de las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor $P=$ (significancia bilateral) = $0,000 < \alpha = 0.01$, lo que permite establecer la existencia de correlación entre la dimensión de habilidades para manejar el estrés con la puntuación total de resiliencia en 0,522. Esta correlación es significativamente alta.

Respecto a la sexta hipótesis específica, se identificó en los resultados que se acepta la hipótesis alterna de que existe relación significativa entre resiliencia y habilidades de planificación en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Se indica la capacidad para tomar decisiones, plantearse objetivos y ante un determinado problema poder resolverlo midiendo el nivel de importancia y concentración en una determinada tarea. Este hallazgo coincide con lo reportado por Cognifit (2021) quién señala que esta habilidad cognitiva forma parte de las funciones ejecutivas, porque brinda capacidad para pensar en el futuro, anticiparse mentalmente a la forma correcta de ejecutar una tarea o alcanzar una meta propuesta. Así mismo, esta habilidad es compleja, ya que requiere de otras funciones como son el control de impulsos, inhibición cognitiva y monitoreo; esto implica concebir un cambio a partir de las circunstancias presentes, que genera alternativas que dirijan el camino a lograr el objetivo (Arroyo, Korzeniouski y Espósito, 2014). Además, se señaló la existencia de correlación de Rho de Spearman entre las dimensiones de las habilidades sociales con la puntuación total de la resiliencia, en la que el Valor $P=$

(significancia bilateral) = $0,000 < \alpha = 0,01$, lo que permite establecer la existencia de correlación entre la dimensión de habilidades de planificación con la puntuación total de resiliencia en 0,663. Esta correlación es significativamente alta.

Finalmente, esto permitirá sentar un precedente para futuras investigaciones e intervenciones que deseen estudiar las variables ya mencionadas, lo que permitirá generar nuevos conocimientos en la psicología.

Conclusiones

Teniendo en cuenta los objetivos planteados, los resultados y la discusión se ha llegado a las siguientes conclusiones:

1. Se ha realizado este estudio con el fin de determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de administración de un instituto privado de Huancayo (2021), y se ha determinado que existe relación significativa positiva y con un nivel moderado alto entre las variables ya mencionadas.
2. Se determinó que existe relación significativa entre la resiliencia y las primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta relación logró un coeficiente de 0,585, por lo que se determinó una relación alta según el coeficiente de Rho Spearman, siendo esta significativa.
3. Se determinó que existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta relación logró un coeficiente de 0,568, y se determinó una relación alta según el coeficiente de Rho Spearman, siendo esta significativa.
4. Se determinó que existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades relacionadas al sentimiento en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta relación logró un coeficiente de 0,472, y se determinó una relación alta según el coeficiente de Rho Spearman, siendo esta significativa.
5. Se determinó que existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta relación logró un coeficiente de 0,618, y se

determinó una relación alta según el coeficiente de Rho Spearman, siendo esta significativa.

6. Se determinó que existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades manejo de estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta relación logró un coeficiente de 0,522, y se determinó una relación alta según el coeficiente de Rho Spearman, siendo esta significativa.
7. Se determinó que existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades de planificación en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo (2021). Esta relación logró un coeficiente de 0,663, y se determinó una relación alta según el coeficiente de Rho Spearman, siendo esta significativa. Este resultado corrobora con el perfil profesional de los estudiantes de la carrera de Administración porque es la dimensión con mayor puntuación respecto a las otras dimensiones de estudio.

Recomendaciones

1. Diseñar un programa encaminado en mejorar la resiliencia y las habilidades sociales de los estudiantes, para que de este modo puedan ser capaces de afrontar situaciones desfavorables a lo largo de su vida y consigan responder de forma positiva en todas las interacciones sociales, ya sea en su entorno personal, familiar, académico y social.
2. Realizar capacitaciones a directivos, docentes, estudiantes del instituto para poder fomentar las habilidades y potenciar sus capacidades; de esta manera esto les permita mejorar en su vida personal y profesional, previniendo así infortunios.
3. Desarrollar talleres con el contenido de comunicación ya sea verbal y no verbal, así mismo brindar sensibilización dirigida a introducir en los estudiantes el tema de comunicación asertiva. Dentro de ello considerar también el tema de los valores y normas dentro y fuera del ambiente educativo; que reforzarán las primeras habilidades sociales. Sumado a eso se debe de resaltar la importancia de ser agradecidos y considerados como parte de las habilidades sociales básicas.
4. Desarrollar talleres con equipos de trabajo que permitan a los alumnos relacionarse y promuevan habilidades para tener facilidad en solicitar ayuda cuando una situación se les haga difícil de solucionar. Asimismo, sensibilizar en la creación de una red de ayuda mutua entre los estudiantes de administración, también considerar la ayuda de videos o imágenes donde se evidencia ayuda mutua y cooperación, además de la importancia e impacto que genera en la construcción de relaciones sociales justas y armoniosas.
5. Realizar talleres para el manejo de emociones y que exista facilidad al verbalizar los sentimientos, básicamente en los varones con el objetivo de alcanzar la libertad expresiva.
6. Realizar talleres para el manejo de emociones y que exista facilidad al verbalizar los sentimientos, básicamente en los varones con el objetivo de alcanzar la libertad

expresiva. Dentro de los talleres ya sean presenciales o virtuales incentivar a los estudiantes que redacten cartas de agradecimiento para su familia, docentes, amigos cercanos; lo cual les permitirá desarrollar la habilidad de manejo de sentimientos.

7. Realizar talleres con contenido vivencial para el manejo del estrés mediante técnicas de relajación y respiración; así mismo impulsar actividades recreativas para los estudiantes del instituto debido a que aporta a las relaciones sociales.
8. Desarrollar talleres que incluyan juego de roles para fortalecer las funciones ejecutivas, que ayuden a tomar iniciativa, tanto para circunstancias presentes como futuras; dirigiendo la acción para el logro de objetivos.

Referencias

- Asociación de Psicología Americana (2021). *El camino a la resiliencia*.
<https://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino#>
- Arroyo, M., Korzeniouski, C. y Espósito, A. (2014). Habilidades de planificación y organización, *Eureka*, 11(1), 52-64.
<https://www.psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-11-1-13.pdf>
- Bandura, A. (1987). *Teoría de aprendizaje social*. España: Calpe.
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación de habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI de España Editores S.A.
- Cabieses, B., Bernales, M., Obach, A., & Pedrero, V. (2016). *Vulnerabilidad social y su efecto en la salud en Chile*. Chile: Universidad del Desarrollo.
- Caldera, J., Aceves, B., y Reynoso, O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras, *Psicogente*, 19(36), 227-239. Recuperado de: <http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294>
- Caldera, J., Reynoso, O., Angulo, M., Cadena, A. y Ortiz, D. (2018). Habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de Jalisco, México. *Escritos de Psicología*, 3(11), 144-153. DOI: <http://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2018.3112>.
- Centro de Recursos de Promoción y Educación para la Salud (13 de julio de 2017). *Habilidades para la vida*.
<https://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/07/13/habilidades-para-lavida/>
- Contini, E. (2015). Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual, *Psicodebate*, 15(2), 31-54. [Hhttps://Dialnet-AgresividadYHabilidadesSocialesEnLaAdolescencia-5645294.pdf](https://Dialnet-AgresividadYHabilidadesSocialesEnLaAdolescencia-5645294.pdf)
- Cognifit (2021). Planificación: Neuropsicología de las funciones ejecutivas.
<https://www.cognifit.com/es/habilidad-cognitiva/planificacion>
- Dascanio, D., Prette, A., Barham, E., Rodríguez, O., Fontaine, A. y Prette, Z. (2015). Social skills, academic competence and behavior problems in children with different blood lead levels. *Psicología Reflezae*, 1(28), 166-176. Recuperado de: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-79722015000100166&lng=en&nrm=iso
- De Almeida, Z., & Benevides, A. (2018) Social skills, coping, resilience and problem-solving in psychology university students. *Liberabit Revista Peruana de Psicología*. 24(2), 265-276. DOI: <https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n2.07>
- Diccionario Panhispánico del Español Jurídico (2020). *Diccionario panhispánico del español jurídico*. <https://dpej.rae.es/lema/comunicaci%C3%B3n>

- Dyer, J. & Mc Guinness, T. (1996) Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 5(10) 276-282 DOI: [https://doi.org/10.1016/S0883-9417\(96\)80036-7](https://doi.org/10.1016/S0883-9417(96)80036-7)
- Fabián, C. y Medina, W. (2016). Construcción del instrumento psicológico denominado medición de resiliencia en alumnos universitarios foráneos en Huancayo. (Tesis para optar el título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad Continental, Facultad de Humanidades. Huancayo, Perú). Recuperado de: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/2976/1/INV_FIN_501_TE_Fabian_Guerra_2016.pdf
- Gallardo, E. (2017). *Metodología de la investigación: Manual autoformativo interactivo*. Huancayo: Universidad Continental.
- García, A. (9 de enero de 2017). *Cognifit-Salud, Cerebro & Neurociencia*. Obtenido de Autoeficacia: Qué es, y cómo aprender a creer en ti mismo: <https://blog.cognifit.com/es/autoeficacia/>
- Garrido, M. (19 de junio de 2015). *Teoría del aprendizaje social de Bandura*. <https://redsocialeduca.net/teor-del-aprendizaje-social-de-bandura>
- Goldstein, E. (1980). *Habilidades Sociales*. Nueva York.
- Grotberg, E. (1995). *Aguide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. The international Resilience Project*. La Haya: Bernard Vn Leer Foundation.
- Grotberg, E. (1999). *Science Publishers*. The International Resilience Research Project. Psychologist facing the challenge of a global culture with Human Rights and mental health, 237-256
- Guzmán, A. (2015). *Desarrollo de habilidades prosociales*. Madrid: Temis.
- Henderson, N., & Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Buenos Aires: Paidós.
- Hernández, J., Caldera, J., Reynoso, O., Caldera, I., y Salcedo, S. (2020). Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento Psicológico*, 1(18) 21-30. DOI:10.11144/javerianacall.PPSI18-1.rdeu
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. 6 ed. México D.F.: McGraw Hill
- Holst, I., Galicia, Y., Gómez, G., & Degante A. (2017). Las habilidades sociales y sus diferencias entre estudiantes universitarios. *Vertientes Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, 20(2), 22-29. <http://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/view/67164>
- Instituto Mexicano de la Juventud (2018, 6 de abril). La importancia de las habilidades sociales en población joven. Consultado el 26 de febrero de 2021. <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/la-importancia-de-las-habilidades-sociales-en-la-poblacion-joven>

- Ita, J. (2019). Resiliencia y desarrollo de habilidades sociales en una Universidad Privada, 2019. (Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Psicología. Lima, Perú). <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/47183>
- Kotliarenco, M., Cáceres, I., y Álvarez, C. (1996). *Resiliencia: Construyendo en adversidad*. Santiago de Chile: Mosquito Impresores.
- Lazo, T. (2018). Habilidades Sociales en adolescentes en las poblaciones vulnerables del Vraem, Pariahuanca-Huancayo (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal, Facultad de Psicología, Lima, Perú). Recuperado de: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2405?show=full>
- Londoño, C. (2009). *Como sobrevivir al cambio, Inteligencia Emocional y social en la empresa*. Madrid: España Fundación Confemental.
- López, Y., Martínez, C., Serey, Y., Velasco, A. y Zúñiga, C. (2013). Factores de Resiliencia en Estudiantes de Carreras Pedagógicas de una Universidad Estatal de la Región de Valparaíso. *Revista de Psicología Universidad Viña del Mar*, 5(3) 76-89. Recuperado de: <https://repositorio.uvm.cl/xmlui/handle/20.500.12536/546>
- Lozada, C. (2018). Resiliencia en adolescentes mujeres residentes en una Institución Estatal del distrito de San Miguel. (Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Facultad de Psicología. Lima, Perú). <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2906>
- Medina, J. (2015). *Trauma psíquico*. Madrid: Ediciones Paraninfo S.A.
- Mendo, S., León, B., Felipe, M., Polo, M. y Palacios, V. (2016). Evaluación de las habilidades sociales de estudiantes de Educación Social *Revista de Psicopedagógica*, 21(1) 139-156. DOI:10.1387/RevPsicodidact.14031
- Monjas, M. (2007). *Como promover la convivencia*. Programa de asertividad y habilidades sociales. (PAHHSS). España: Editorial CEPE.
- Ñaupas, H., Mejía, E., Valdivia, M., Palacios, J. y Romero H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Organización Mundial de la Salud (2021). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de Factores de Riesgo: https://www.who.int/topics/risk_factors/es/
- Organización Panamericana de la Salud (1 de Setiembre de 2020). Organización Panamericana de la Salud-Organización Mundial de la Salud. Resiliencia en tiempos de pandemia. <https://www.paho.org/es/documentos/resiliencia-tiempos-pandemia>
- Ortunio, M. y Guevara, H. (2016). Aproximación teórica al constructo resiliencia. *Comunidad y Salud*. 2(14) 96-105. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3757/375749517012.pdf>

- Osorio, L. (2019). *Habilidades Sociales y Resiliencia en estudiantes del Instituto de Educación Superior Tecnológico Publico "Chillia"-La Libertad, 2019.* (Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Psicología. Lima, Perú). <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41495>
- Otáñez, J. (2017). Efectos de los estilos de vida saludables en las habilidades sociales en jóvenes. *Revista Especializada en Ciencias de la Salud.* 2(20) 5-11. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/view/67161>
- Pardo, P. (2018). *Habilidades sociales y autoestima en estudiantes universitarios* (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal, Facultad de Psicología. Lima, Perú). http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2777/UNFV_PARDO_VILA_PERCY_SEGUNDA_ESPECIALIDAD_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Peña, E., y Guillén, M. (2018). Nivel de resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la carrera de educación artística especialidad música de la escuela superior de formación artística pública Condorcunca-Ayacucho (Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Psicología. Lima, Perú). https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/32820/pe_%C3%B1a_he.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Pérez, J. y García, R. (2010). *Guía para el manejo del estrés académico.* Universidad de Valencia: Gráficos Litulema.
- Real Academia Española (2021). *Diccionario de la Lengua Española.* Obtenido de Asociación de Academias de la Lengua Española.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Happiness, excellence, and optimum human function. *Review of a special issue of the American Psychologist, 1*(174) 26-29 DOI: <https://dx.doi.org/10.1136%2Fewjm.174.1.26>
- Sánchez, A. (2017). *Revista de Unicef. Habilidades para la Vida-Herramientas para un buen trato en la prevención de la violencia.* <https://www.unicef.org/venezuela/informes/habilidades-para-la-vida-herramientas-para-el-buentrato-y-la-prevención-de-la-violencia>
- Sierra, L, Pérez, A. y Rodríguez, Y. (2017) Estrategias para desarrollar habilidades en el manejo del estrés. *Roca-Revista Científica-Educación de la Provincia Granma, 13*(4)155-169. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6759698.pdf>
- Simon, J., Murphy, J. & Smith, S. (2005). Understanding and fostering family resilience. *The Family Journal, 4*(13) 427-436. DOI: <https://doi.org/10.1177%2F1066480705278724>
- Tamayo y Tamayo M. (2009). *El proceso de la investigación científica.* México D.F.: Editorial Limusa S.A.

Unicef (2017). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de Factores de Riesgo:
https://www.who.int/topics/risk_factors/es/

Vicente, M. (2019). Resiliencia y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima metropolitana. (Tesis de licenciatura, Universidad San Martín de Porres, Facultad de Psicología. Lima, Perú). http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5369/VICENTE_SM.pdf?sequence=3&isAllowed=y.

Villegas, A. (10 de marzo de 2017). Resiliencia educativa. Obtenido de <https://www.eumed.net/libros-gratis/actas/2017/educacion/59-resiliencia-educativa.pdf>

Anexos

Anexo 1

Acta de aprobación del Comité de Ética en Investigación



Huancayo, 14 de marzo del 2021

OFICIO N° 031-2021-CE-FH-UC

Señoras:

**ROSARIO GUADALUPE MIRANDA QUISPE
YULIZA ROSAURA QUISPE RIVERA**

Presente-

EXP. 031-2021

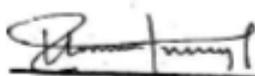
Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: "RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE UN INSTITUTO PRIVADO DE HUANCAYO-2021"

Ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,


 Eliane Mory Arcoñaga
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Humanidades
Huancayo

Anexo 2

El modelo de Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio es conducido por **Miranda Quispe Rosario Guadalupe**, correo 72000156@contiental.edu.pe, cel. 924171551 y **Quispe Rivera Yuliza Rosaura**, correo 70085682@continental.edu.pe , cel. 989543976; estudiantes de Psicología de la Universidad Continental. Lo estamos invitando a participar del estudio para evaluar la relación de Resiliencia y Habilidades Sociales.

En función de ello, este estudio es a través de dos instrumentos, a través de preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, en cuanto al tiempo se estima tendrá una duración de 30 minutos pero usted podrá tomar el tiempo que sea necesario, puede dar un descanso en el momento que lo necesite y seguir.

Si decide participar en este estudio, se realizará lo siguiente:

1. Se aplicará el Instrumento N.º1 Resfor
2. Se aplicará el Instrumento N.º2 LCHS

Su participación es absolutamente voluntaria. Le recordamos que la aplicación de los instrumentos no demandará ningún riesgo para su salud. Todos los datos personales se mantendrán en estricta confidencialidad: se codificarán con un número para identificarlos de modo que se mantenga el anonimato. Además, no serán usadas para ningún otro propósito que la investigación. Su participación no involucra ningún beneficio directo para su persona.

Su participación será sin costo alguno. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico, ni de otra índole. Todas las consultas o dudas que tenga sobre la investigación en cuanto al instrumento evaluado pueden ser atendidas en cualquier momento durante su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por _____. He sido informado (a) de que el objetivo de este estudio es _____. Comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo no participar y que puedo retirarme en cualquier momento:

Participante:

Nombres y Apellidos:

Fecha y Hora:

Acepto () No Acepto ()

Firma del Participante

Anexo 3

Autorización de la Institución donde se recolectó los datos

Huancayo, 08 de marzo de 2021

Lic. Narda Ybáñez Flores
Gerente
Instituto Continental

De mi consideración:

Es grato dirigimos a usted para expresarle mi saludo cordial, y a la vez presentar a los siguientes Bachilleres pertenecientes a la cámara profesional de Psicología de la Universidad Continental:

- | | |
|--------------------------------------|---------------|
| 1. QUISPE RIVERA, YULIZA ROSAURA | Cod: 70085682 |
| 2. MIRANDA QUISPE, ROSARIO GUADALUPE | Cod: 72000156 |

La presente es para solicitar a su despacho la autorización para poder realizar el siguiente trabajo de investigación en el Instituto Continental según detalle:

Nombre del proyecto de tesis: **RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE UN INSTITUTO PRIVADO DE HUANCAYO - 2021**

Nombre del asesor: **Ps Carlos Lara Grados.**

Carrera donde se aplicará el instrumento: **Administración.**

Finalmente, comunicar que los estudiantes se comprometen a cumplir con las buenas prácticas de investigación y de ética.

Agradecido por la atención a la presente para su aprobación.

Atte.



Director de la EAP de Psicología de la Universidad Continental
Ms. Jorge Salcedo Chuquimantari

cc.

- Estudiantes
- Archivo
- Instituto Continental
- Decanatura

Firmado por
NARDA VICTORIA YBAÑEZ FLORES
 CN = NARDA VICTORIA YBAÑEZ FLORES,
 O = CORPORACION APIC SOCIEDAD ANONIMA CERRADA
 OU = ISSUED BY SOFTWARE (PER)
 T = GERENTE
 e-mail = tybaineu@continental.edu.pe,
 C = PE
 Date: 7/03/2021 19:41

Anexo 4

Instrumentos de recolección de datos-Resiliencia

TEST Resfor

EDAD: ___ **SEXO:** (M) (F) **SEMESTRE:** ___

INDICACIONES: Marca la respuesta que creas más conveniente, según tu estilo de vida y experiencia.

N.º	Indicadores	Respuesta				
		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa.					
2	He recibido educación sexual					
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas					
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas					
5	Disfruto la vida					
6	Mantengo comunicación con mis padres					
7	Evado las situaciones difíciles					
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones					
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades					
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes					
11	Estudio mi carrera por convicción					
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación					
13	Me llevo bien con mis compañeros					
14	Dejo mis tareas para última hora					
15	He recibido maltrato físico o psicológico					
16	Respeto la opinión de los demás					
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones					
18	Tengo buenos hábitos alimenticios					
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia					
20	Tuve amigos que fomentaban violencia					
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos					
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad					
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores					
24	Falto a clases por estar con sus amigos					
25	Me pongo nervioso al hablar en público					
26	Estudio en mis tiempos libres					
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia					
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante					
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza					
30	Asumo las consecuencias de mis errores					
31	Comparto mis orígenes culturales					
32	Realizo actividades deportivas					
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo					
34	Me cuesta mucho dormir por la noche					

Anexo 5

Instrumentos de recolección de datos-Habilidades Sociales

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD: _____ **SEMESTRE:** _____ **SEXO:** M () F ()

Instrucciones: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los jóvenes como tú pueden poseer en mayor o menor grado. Marcar la opción que creas que se relaciona con tus habilidades sociales.

N.º	PREGUNTAS	N	PV	AV	AM	S
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	2	3	4	5
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3	¿Habras con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	5
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	5
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	4	5
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	5
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5

26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

Anexo 6

Validación por criterio de experto 1

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE EXPERTOS (RESFOR)

Estimado (a) experto, le solicitamos poner en el criterio de experto una "C" si el ítem es correcto, "I" si el ítem es incorrecto y "R" si el ítem está por revisar.

CONSTRUCTO	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº	ITEMS	CRITERIO DE EXPERTO	OBSERVACIÓN		
Resiliencia Capacidad que tiene un individuo de generar factores biológicos, psicológicos y sociales para resistir, adaptarse y fortalecerse, ante un medio de riesgo, generando éxito individual, social y moral (Fabian y Medina, 2016)	Vulnerabilidad	Área académica	5	Disfruto la vida	C			
			18	Tengo buenos hábitos alimenticios	C			
			33	Tengo dificultad para comprender lo que leo	C			
			34	Me cuesta mucho dormir por la noche	C			
		Área social	2	He recibido educación sexual	C			
			6	Mantengo comunicación con mis padres	C			
			9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades	C			
			10	Me he sentido discriminado por mis orígenes	C			
			15	He recibido maltrato físico o psicológico	C			
			19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia	C			
			20	Tuve amigos que fomentaban violencia	C			
			27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia	C			
			Auto-eficacia	Área académica	11	Estudio mi carrera por convicción	C	
					12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	C	
	14	Dejo mis tareas para última hora			C			
	17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones			C			
	21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos			C			
	22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad			C			
	23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores			C			
	25	Me pongo nervioso al hablar en público			C			
	26	Estudio en mis tiempos libres			C			
	28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante			C			
	Área social	1		Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa.	C			

			3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas	C	
			4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas	C	
			7	Evado las situaciones difíciles	C	
			8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones	C	
			13	Me llevo bien con mis compañeros	C	
			16	Respeto la opinión de los demás	C	
			24	Falto a clases por estar con mis amigos	C	
			29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza	C	
			30	Asumo las consecuencias de mis errores	C	
			31	Comparto mis orígenes culturales	R	Doy a conocer mis orígenes culturales
			32	Realizo actividades deportivas	C	

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

El instrumento posee claridad en cada pregunta, emplea términos actuales y entendibles para estudiantes de nivel superior; las preguntas son coherentes con las dimensiones de constructo, en excepción de la pregunta 31 que no es muy comprensible.

CRITERIO DE VALORACION DEL JUEZ

- Procede su aplicación (x)
- No procede su aplicación ()

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y Nombres	Arias Rosales Ruver Jandy	Nº Colegiatura	38561
Correo	Ariasrosalesjandy@gmail.com	Celular	993101251
Título Profesional / Especialidad	Psicólogo - Clínico		
Grado Académico	Licenciado		


 Arias Rosales Ruver J.
 PSICÓLOGO
 C.P. 38561

Firma y Sello del juez / Experto
Huancayo, 08 / 02 / 2021

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE EXPERTOS (LCHSS)

Estimado (a) experto, le solicitamos poner en el criterio de experto una "C" si el ítem es correcto, "I" si el ítem es incorrecto y "R" si el ítem está por revisar.

CONSTRUCTO	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº	ITEMS	CRITERIO DE EXPERTO	OBSERVACIÓN
Habilidades Sociales Capacidad que posee el individuo para relacionarse adecuadamente con las personas y que le permite resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás (Lazo, T. 2018)	Primeras Habilidades Sociales	Escuchar Iniciar una conversación Mantener una conversación Formular una pregunta Dar las gracias; Presentarse Presentar a otras personas Hacer un cumplido	1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	C	
			2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	C	
			3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	C	
			4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	C	
			5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	C	
			6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	C	
			7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	C	
			8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	C	
			9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	C	
	Habilidades Sociales Avanzadas	Pedir ayuda; Participar; Dar y seguir instrucciones; Disculparse; Convencer a los demás	10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	C	
			11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	C	
			12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	C	
			13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	C	

Habilidades relacionadas con el sentimiento	Conocer los propios sentimientos; Expresar los sentimientos; Comprender los sentimientos de los demás; Enfrentarse con el enfado de otro; Expresar afecto; Resolver el miedo; Auto recompensarse	14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	C			
		15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	C			
		16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	R	¿Te gusta dar a conocer lo que sientes?		
		17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	C			
		18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	C			
		19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	C			
		20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	C			
		21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	C			
		Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso; Compartir algo; Ayudar a los demás; Saber negociar; Empezar el autocontrol; Defender los propios; derechos; Responder a las bromas; Evitar los problemas con los demás; No entrar en peleas	22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	C	
				23	¿Compartes tus cosas con los demás?	C	
				24	¿Ayudas a quien lo necesita?	C	
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?			C			
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?			C			
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?			C			
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?			C			
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?			C			
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?			C			
	Formular una queja; Responder a una queja;	31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	C			

Habilidades para manejo de estrés	Demostrar deportividad después del juego; Resolver la vergüenza; Arreglárselas cuando le dejen a un lado; Defender a un amigo; Responder a la persuasión; Responder al fracaso; Enfrentarse a los mensajes contradictorios; Responder a una acusación; Prepararse para una conversación difícil; Hacer frente a las presiones de grupo	32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	C	
		33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	C	
		34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	C	
		35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	C	
		36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	C	
		37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	C	
		38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	C	
		39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	C	
		40	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	C	
		41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	C	
		42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	C	
		Habilidades de planificación	Tomar decisiones; Discernir sobre la causa de un problema; Establecer un objetivo; Determinar las propias habilidades; Recoger información; Resolver los problemas según su importancia; Tomar	43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?			C	
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?			C	
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrias realizar antes de comenzar una tarea?			C	

	decisiones; Tomar decisiones	47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	C	
		48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	C	
		49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	C	
		50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	C	
OPINION DE APLICABILIDAD:					
El instrumento posee claridad en cada pregunta, emplea términos entendibles para los estudiantes; las preguntas son coherentes con las dimensiones y constructo, con la particularidad de la pregunta 16 y 43 que se puede acomodar para su comprensión.					

CRITERIO DE VALORACION DEL JUEZ	<ul style="list-style-type: none"> • Procede su aplicación (X) • No procede su aplicación ()
---------------------------------	---

DATOS DEL JUEZ			
Apellidos y Nombres	Arias Rosales Ruver Jandy	Nº Colegiatura	38561
Correo	Ariasrosalesjandy@gmail.com	Celular	993101251
Título Profesional / Especialidad	Psicólogo - Clínico		
Grado Académico	Licenciado en Psicología		


Arias Rosales Ruver J.
 PSICÓLOGO
 C.Ps.P. 38561

Firma y Sello del juez / Experto
Huancayo, 08 / 02 / 2021

Anexo 7

Validación por criterio de experto 2

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE EXPERTOS (RESFOR)

Estimado (a) experto, le solicitamos poner en el criterio de experto una "C" si el ítem es correcto, "I" si el ítem es incorrecto y "R" si el ítem está por revisar.

CONSTRUCTO	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº	ITEMS	CRITERIO DE EXPERTO	OBSERVACIÓN
Resiliencia Capacidad que tiene un individuo de generar factores biológicos, psicológicos y sociales para resistir, adaptarse y fortalecerse, ante un medio de riesgo, generando éxito individual, social y moral (Fabián y Medina, 2016)	Vulnerabilidad	Área académica	5	Disfruto la vida	C	
			18	Tengo buenos hábitos alimenticios	C	
			33	Tengo dificultad para comprender lo que leo	C	
			34	Me cuesta mucho dormir por la noche	C	
		Área social	2	He recibido educación sexual	C	
			6	Mantengo comunicación con mis padres	C	
			9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades	C	
			10	Me he sentido discriminado por mis orígenes	C	
			15	He recibido maltrato físico o psicológico	C	
			19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia	C	
	Auto-eficacia	Área académica	20	Tuve amigos que fomentaban violencia	C	
			27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia	C	
			11	Estudio mi carrera por convicción	C	
			12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	C	
			14	Dejo mis tareas para última hora	C	
			17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones	C	
			21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos	C	
			22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad	C	
			23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores	C	
			25	Me pongo nervioso al hablar en público	C	
			26	Estudio en mis tiempos libres	C	
			28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante	C	

	Área social	1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa.	C			
		3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas	C			
		4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas	C			
		7	Evado las situaciones difíciles	C			
		8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones	C			
		13	Me llevo bien con mis compañeros	C			
		16	Respeto la opinión de los demás	C			
		24	Falto a clases por estar con mis amigos	C			
		29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza	C			
		30	Asumo las consecuencias de mis errores	C			
		31	Comparto mis orígenes culturales	C			
		32	Realizo actividades deportivas	C			
		OPINION DE APLICABILIDAD:					
		La prueba es clara y coherente en cuanto a sus preguntas, va acorde al nivel académico propuesto ya que se puede utilizarlo no solo en universitarios sino también en estudiantes del nivel técnico.					

CRITERIO DE VALORACIÓN DEL JUEZ	<ul style="list-style-type: none"> • Procede su aplicación (x) • No procede su aplicación ()
---------------------------------	---

DATOS DEL JUEZ			
Apellidos y Nombres	Rodríguez Guillermo Cinthia	Nº Colegiatura	18047
Correo	Cinthia.28.rodriguez@gmail.com	Celular	942656063
Título Profesional / Especialidad	Psicóloga - Educativa/Clinica		
Grado Académico	Licenciada en Psicología		


 Cinthia Rodríguez Guillermo
 PSICÓLOGA
 CPSP 18047

Firma y Sello del juez / experto
Huancaayo, 10 / 02 / 2021

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE EXPERTOS (LCHSS)

Estimado (a) experto, le solicitamos poner en el criterio de experto una "C" si el ítem es correcto, "I" si el ítem es incorrecto y "R" si el ítem está por revisar.

CONSTRUCTO	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº	ITEMS	CRITERIO DE EXPERTO	OBSERVACIÓN
Habilidades Sociales Capacidad que posee el individuo para relacionarse adecuadamente con las personas y que le permite resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás (Lazo, T. 2018)	Primeras Habilidades Sociales	Escuchar Iniciar una conversación Mantener una conversación Formular una pregunta Dar las gracias; Presentarse Presentar a otras personas Hacer un cumplido	1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	C	
			2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	C	
			3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	C	
			4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	C	
			5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	C	
			6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	R	¿Pongo de mi parte para ampliar mi círculo amical?
			7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	C	
			8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	C	
			9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	C	
	Habilidades Sociales Avanzadas	Pedir ayuda; Participar; Dar y seguir instrucciones; Disculparse; Convencer a los demás	10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	C	
			11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	C	
			12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	C	
			13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	C	

Habilidades relacionadas con el sentimiento	Conocer los propios sentimientos; Expresar los sentimientos; Comprender los sentimientos de los demás; Enfrentarse con el enfado de otro; Expresar afecto; Resolver el miedo; Auto recompensarse	14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	C			
		15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	C			
		16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	C			
		17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	C			
		18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	C			
		19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	C			
		20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	C			
		21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	C			
		Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso; Compartir algo; Ayudar a los demás; Saber negociar; Empezar el autocontrol; Defender los propios; derechos; Responder a las bromas; Evitar los problemas con los demás; No entrar en peleas	22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	C	
				23	¿Compartes tus cosas con los demás?	C	
				24	¿Ayudas a quien lo necesita?	C	
				25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	C	
				26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	R	¿Manejar tus emociones para no ocasionar problemas?
				27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	C	
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?			C			
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?			C			
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?			C			
Habilidades para manejo de estrés	Formular una queja; Responder a una queja; Demostrar deportividad después	31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	C			
		32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	C			

		del juego; Resolver la vergüenza; Arreglárselas cuando le dejen a un lado; Defender a un amigo; Responder a la persuasión; Responder al fracaso; Enfrentarse a los mensajes contradictorios; Responder a una acusación; Prepararse para una conversación difícil; Hacer frente a las presiones de grupo	33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	C	
			34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	C	
			35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	C	
			36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	C	
			37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	C	
			38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	R	¿Buscas comprender el motivo de algún fracaso?
			39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	C	
			40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	C	
			41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	C	
			42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	C	
	Habilidades de planificación	Tomar decisiones; Discernir sobre la causa de un problema; Establecer un objetivo; Determinar las propias habilidades; Recoger información; Resolver los problemas según su importancia; Tomar	43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	C	
			44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	C	
			45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	C	
			46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	C	
			47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	C	

		decisiones; Tomar decisiones	48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	C	
			49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	C	
			50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	C	
OPINION DE APLICABILIDAD:						
La prueba en general es clara y coherente en cuanto a sus preguntas, pero requiere de reajuste para su mejor entendimiento, en cuanto a los ítems señalados para revisar. Por lo demás, la prueba es óptima para su aplicación a la muestra que desean evaluar.						

CRITERIO DE VALORACIÓN DEL JUEZ	<ul style="list-style-type: none"> • Procede su aplicación (X) • No procede su aplicación ()
---------------------------------	---

DATOS DEL JUEZ			
Apellidos y Nombres	Rodríguez Guillermo Cinthia	Nº Colegiatura	18047
Correo	Cinthia.28.rodriguez@gmail.com	Celular	942656063
Título Profesional / Especialidad	Psicóloga – Educativa/Clinica		
Grado Académico	Licenciada en Psicología		



 Cinthia Rodríguez Guillermo
 PSICÓLOGA
 CPeP 18047

Firma y Sello del juez / experto
Huancayo, 10 / 02 /2021

Anexo 8

Validación por criterio de experto 3

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE EXPERTOS (RESFOR)

Estimado (a) experto, le solicitamos poner en el criterio de experto una "C" si el ítem es correcto, "I" si el ítem es incorrecto y "R" si el ítem está por revisar.

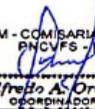
CONSTRUCTO	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº	ITEMS	CRITERIO DE EXPERTO	OBSERVACIÓN		
Resiliencia Capacidad que tiene un individuo de generar factores biológicos, psicológicos y sociales para resistir, adaptarse y fortalecerse, ante un medio de riesgo, generando éxito individual, social y moral (Fabian y Medina, 2016)	Vulnerabilidad	Área académica	5	Disfruto la vida	C			
			18	Tengo buenos hábitos alimenticios	C			
			33	Tengo dificultad para comprender lo que leo	C			
			34	Me cuesta mucho dormir por la noche	C			
		Área social	2	He recibido educación sexual	C			
			6	Mantengo comunicación con mis padres	C			
			9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades	C			
			10	Me he sentido discriminado por mis orígenes	C			
			15	He recibido maltrato físico o psicológico	C			
			19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia	C			
			20	Tuve amigos que fomentaban violencia	C			
			27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia	C			
			Auto-eficacia	Área académica	11	Estudio mi carrera por convicción	C	
					12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	C	
	14	Dejo mis tareas para última hora			C			
	17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones			C			
	21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos			C			
	22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad			C			
	23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores			C			
	25	Me pongo nervioso al hablar en público			C			
	Área social	26		Estudio en mis tiempos libres	C			
		28		Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante	C			
		1		Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa.	R	Resuelvo problemas de manera perseverante		

			3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas	C	
			4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas	C	
			7	Evado las situaciones difíciles	C	
			8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones	R	Soy divertido y creativo en las conversaciones
			13	Me llevo bien con mis compañeros	C	
			16	Respeto la opinión de los demás	C	
			24	Falto a clases por estar con mis amigos	C	
			29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza	C	
			30	Asumo las consecuencias de mis errores	C	
			31	Comparto mis orígenes culturales	C	
			32	Realizo actividades deportivas	C	

OPINION DE APLICABILIDAD:
 Observo que dos ítems deben adecuarse al lenguaje de nuestra ciudad, pero por el nivel educativo no hay dificultad alguna. Sin embargo, el instrumento de medición de Resiliencia para alumnos foráneos, tiene ítems claros y coherentes; su medición es adecuada para alumnos de educación superior en general (institutos o universidades).

CRITERIO DE VALORACIÓN DEL JUEZ	
	<ul style="list-style-type: none"> • Procede su aplicación (X) • No procede su aplicación ()

DATOS DEL JUEZ			
Apellidos y Nombres	Oré Lázaro Wilfredo Alex	Nº Colegiatura	21645
Correo	ps.alexorelazar@gmail.com	Celular	968134164
Título Profesional / Especialidad	Psicólogo - Clínico		
Grado Académico	Magister en Psicología		


 CEM - COMISARIA LA OROYA
 PNCVFS - MIMP

Pa. Wilfredo A. Oré Lázaro
 COORDINADOR

Firma y Sello del juez / experto
 Huancayo, 14 / 02 / 2021

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE EXPERTOS (LCHSS)

Estimado (a) experto, le solicitamos poner en el criterio de experto una "C" si el ítem es correcto, "I" si el ítem es incorrecto y "R" si el ítem está por revisar.

CONSTRUCTO	DIMENSIONES	INDICADORES	Nº	ITEMS	CRITERIO DE EXPERTO	OBSERVACIÓN
Habilidades Sociales Capacidad que posee el individuo para relacionarse adecuadamente con las personas y que le permite resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás (Lazo, T., 2018)	Primeras Habilidades Sociales	Escuchar Iniciar una conversación Mantener una conversación Formular una pregunta Dar las gracias; Presentarse Presentar a otras personas Hacer un cumplido	1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	C	
			2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	C	
			3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	C	
			4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	C	
			5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	C	
			6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	C	
			7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	C	
			8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	C	
			9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	C	
	Habilidades Sociales Avanzadas	Pedir ayuda; Participar; Dar y seguir instrucciones; Disculparse; Convencer a los demás	10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	C	
			11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	C	
			12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	C	
			13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	C	

			14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	C	
Habilidades relacionadas con el sentimiento	Conocer los propios sentimientos; Expresar los sentimientos; Comprender los sentimientos de los demás; Enfrentarse con el enfado de otro; Expresar afecto; Resolver el miedo; Auto recompensarse		15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	C	
			16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	C	
			17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	C	
			18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	C	
			19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	C	
			20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	C	
			21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	R	
Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso; Compartir algo; Ayudar a los demás; Saber negociar; Empezar el autocontrol; Defender los propios; derechos; Responder a las bromas; Evitar los problemas con los demás; No entrar en peleas		22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	C	
			23	¿Compartes tus cosas con los demás?	C	
			24	¿Ayudas a quien lo necesita?	C	
			25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	C	
			26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	C	
			27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	C	
			28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	C	
			29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	C	
			30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	C	
Habilidades para manejo de estrés	Formular una queja; Responder a una queja; Demostrar deportividad después		31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	C	
			32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	C	

		del juego; Resolver la vergüenza; Arreglárselas cuando le dejen a un lado; Defender a un amigo; Responder a la persuasión; Responder al fracaso; Enfrentarse a los mensajes contradictorios; Responder a una acusación; Prepararse para una conversación difícil; Hacer frente a las presiones de grupo	33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	C		
			34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	C		
			35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	C		
			36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	C		
			37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	C		
			38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	C		
			39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	C		
			40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	C		
			41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	C		
			42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	C		
			Habilidades de planificación	43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	C	
				44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	C	
				45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	C	
				46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	C	
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	C					

		decisiones; Tomar decisiones	48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	C	
			49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	C	
			50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	C	
OPINION DE APLICABILIDAD:						
Observo que un ítem debe de mejorarse para ser mejor entendido. Sin embargo, el instrumento de medición de Habilidades Sociales posee ítems claros y coherentes; su medición es adecuada para alumnos de educación superior en general (institutos o universidades).						

CRITERIO DE VALORACIÓN DEL JUEZ	• Procede su aplicación (X)
	• No procede su aplicación ()

DATOS DEL JUEZ			
Apellidos y Nombres	Oré Lázaro Wilfredo Alex	Nº Colegiatura	21645
Correo	ps.alexorelazar@hotmail.com	Celular	968134164
Título Profesional / Especialidad	Psicólogo - Clínico		
Grado Académico	Magister en Psicología		


 CEM - COMISARIA LA OROYA
 PNCVFS - MIMP
 Pa. Wilfredo A. Oré Lázaro
 COORDINADOR
 C.P.F. 21645

Firma y Sello del juez / experto
 Huancayo, 14 / 02 / 2021

Anexo 9

Validación de contenido (Resfor)

MATRIZ DE VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS (RESFOR)					
Nº	ITEMS	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	INDICE DE VALIDEZ DE CONTENIDO
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa.	0.33	0.33	0.33	0.99
2	He recibido educación sexual	0.33	0.33	0.33	0.99
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas	0.33	0.33	0.33	0.99
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas	0.33	0.33	0	0.66
5	Disfruto la vida	0.33	0.33	0.33	0.99
6	Mantengo comunicación con mis padres	0.33	0.33	0.33	0.99
7	Evado las situaciones difíciles	0.33	0.33	0.33	0.99
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones	0.33	0.33	0	0.66
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades	0.33	0.33	0.33	0.99
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes	0.33	0.33	0.33	0.99
11	Estudio mi carrera por convicción	0.33	0.33	0.33	0.99
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	0.33	0.33	0.33	0.99
13	Me llevo bien con mis compañeros	0.33	0.33	0.33	0.99
14	Dejo mis tareas para última hora	0.33	0.33	0.33	0.99
15	He recibido maltrato físico o psicológico	0.33	0.33	0.33	0.99
16	Respeto la opinión de los demás	0.33	0.33	0.33	0.99
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones	0.33	0.33	0.33	0.99
18	Tengo buenos hábitos alimenticios	0.33	0.33	0.33	0.99
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia	0.33	0.33	0.33	0.99
20	Tuve amigos que fomentaban violencia	0.33	0.33	0.33	0.99
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos	0.33	0.33	0.33	0.99
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad	0.33	0.33	0.33	0.99
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores	0.33	0.33	0.33	0.99
24	Falto a clases por estar con is amigos	0.33	0.33	0.33	0.99
25	Me pongo nervioso al hablar en público	0.33	0.33	0.33	0.99
26	Estudio en mis tiempos libres	0.33	0.33	0.33	0.99
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia	0.33	0.33	0.33	0.99
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante	0.33	0.33	0.33	0.99
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza	0.33	0.33	0.33	0.99
30	Asumo las consecuencias de mis errores	0.33	0.33	0.33	0.99
31	Comparto mis orígenes culturales	0	0.33	0.33	0.66
32	Realizo actividades deportivas	0.33	0.33	0.33	0.99
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo	0.33	0.33	0.33	0.99
34	Me cuesta mucho dormir por la noche	0.33	0.33	0.33	0.99

Anexo 10

Validación de contenido (Habilidades Sociales)

Nº	ITEMS	JUEZ 1	JUEZ 2	JUEZ 3	INDICE DE VALIDEZ DE CONTENIDO
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	0.33	0.33	0.33	0.99
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	0.33	0.33	0.33	0.99
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	0.33	0.33	0.33	0.99
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	0.33	0.33	0.33	0.99
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	0.33	0.33	0.33	0.99
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	0.33	0	0.33	0.66
7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	0.33	0.33	0.33	0.99
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	0.33	0.33	0.33	0.99
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	0.33	0.33	0.33	0.99
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	0.33	0.33	0.33	0.99
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	0.33	0.33	0.33	0.99
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	0.33	0.33	0.33	0.99
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	0.33	0.33	0.33	0.99
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	0.33	0.33	0.33	0.99
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	0.33	0.33	0.33	0.99
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	0	0.33	0.33	0.66
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	0.33	0.33	0.33	0.99
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	0.33	0.33	0.33	0.99
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	0.33	0.33	0.33	0.99
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	0.33	0.33	0.33	0.99
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	0.33	0.33	0	0.66
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	0.33	0.33	0.33	0.99
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	0.33	0.33	0.33	0.99
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	0.33	0.33	0.33	0.99
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	0.33	0.33	0.33	0.99

26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	0.33	0	0.33	0.66
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	0.33	0.33	0.33	0.99
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	0.33	0.33	0.33	0.99
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	0.33	0.33	0.33	0.99
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	0.33	0.33	0.33	0.99
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	0.33	0.33	0.33	0.99
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	0.33	0.33	0.33	0.99
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	0.33	0.33	0.33	0.99
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	0.33	0.33	0.33	0.99
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	0.33	0.33	0.33	0.99
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	0.33	0.33	0.33	0.99
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	0.33	0.33	0.33	0.99
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	0.33	0	0.33	0.66
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	0.33	0.33	0.33	0.99
40	¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	0.33	0.33	0.33	0.99
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	0.33	0.33	0.33	0.99
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	0.33	0.33	0.33	0.99
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	0	0.33	0.33	0.66
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	0.33	0.33	0.33	0.99
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	0.33	0.33	0.33	0.99
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	0.33	0.33	0.33	0.99
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	0.33	0.33	0.33	0.99
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	0.33	0.33	0.33	0.99
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	0.33	0.33	0.33	0.99
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	0.33	0.33	0.33	0.99

Anexo 11. Operacionalización de variables

Título preliminar: Relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de administración de un instituto privado de Huancayo				
Variable de estudio: Resiliencia-habilidades sociales				
Conceptualización de las variables				
Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Resiliencia Capacidad que tiene un individuo de generar factores biológicos, psicológicos y sociales para resistir, adaptarse y fortalecerse, ante un medio de riesgo, generando éxito individual, social y moral (Fabián y Medina, 2016)	Vulnerabilidad	Área académica	5, 18, 34, 33	Escala de Likert
		Área social	2, 6, 9, 10, 15, 19, 20, 27	
	Autoeficacia	Área académica	11, 12, 14, 17, 21, 22, 23, 25, 26, 28	
		Área social	1, 3, 4, 7, 8, 13, 16, 24, 29, 30, 31,32	
Habilidades sociales Capacidad que posee el individuo para relacionarse adecuadamente con las personas y que le permite resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás (Lazo, 2018).	Primeras habilidades sociales	Escuchar; iniciar una conversación; mantener una conversación; formular una pregunta; dar las gracias; presentarse; presentar a otras personas; hacer un cumplido	1-9	Escala Likert
	Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda; participar; dar y seguir instrucciones; disculparse; convencer a los demás	10-14	
	Habilidades relacionadas con el sentimiento	Conocer los propios sentimientos; expresar los sentimientos; comprender los sentimientos de los demás; enfrentarse con el enfado de otro; expresar afecto; resolver el miedo; auto recompensarse	15-21	
	Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso; compartir algo; ayudar a los demás; saber negociar; empezar el autocontrol; defender los propios; derechos; responder a las bromas; evitar los problemas con los demás; no entrar en peleas.	22-30	
	Habilidades para manejo de estrés	Formular una queja; responder a una queja; demostrar deportividad después del juego; resolver la vergüenza; arreglárselas cuando le dejen a un lado; defender a un amigo; responder a la persuasión; responder al fracaso; enfrentarse a los mensajes contradictorios; responder a una acusación; prepararse para una conversación difícil; hacer frente a las presiones de grupo	31-42	
	Habilidades de planificación	Tomar decisiones; discernir sobre la causa de un problema; establecer un objetivo; determinar las propias habilidades; recoger información; resolver los problemas según su importancia; tomar decisiones; tomar decisiones	43-50	

Anexo 12. Matriz de consistencia

Título preliminar: Relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de Administración de un instituto privado de Huancayo				
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
¿Cuál es la Relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo?	Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo.	H ₁ : Existe relación significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo.	Variable 1: Resiliencia	Enfoque: Cuantitativo
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Capacidad que tiene un individuo de generar factores biológicos, psicológicos y sociales para resistir, adaptarse y fortalecerse, ante un medio de riesgo, generando éxito individual, social y moral (Fabián y Medina, 2016)	Tipo: Básico
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo? • ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo? • ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las habilidades relacionadas con el sentimiento en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo? • ¿Cuál es la relación entre resiliencia y habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo? • ¿Cuál es la relación entre resiliencia y las habilidades para 	<ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo. • Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo. • Determinar la relación que existe entre resiliencia y habilidades para manejar sentimientos en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo. • Determinar la relación que existe entre resiliencia y las habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo. 	<ul style="list-style-type: none"> • H₁: Existe relación significativa entre resiliencia y primeras habilidades sociales en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo. • H₁: Existe relación positiva entre resiliencia y habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo, mayor nivel de resiliencia. • H₁: Existe relación significativa entre resiliencia y habilidades para manejar sentimientos en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo, mayor nivel resiliencia. • H₁: Existe relación positiva entre resiliencia y habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo. 	Variable 2: Habilidades Sociales	Nivel: Correlacional
			Capacidad que posee el individuo para relacionarse adecuadamente con las personas y que le permite resolver sus propios problemas y los de su medio sin perjudicar a los demás (Lazo, T. 2018)	Población: 900 estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo.
				Muestra: 384 estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo.
				Tipo de Muestreo: Muestreo no probabilístico intencional
				Técnica de recolección de datos Encuesta

<p>hacer frente al estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo?</p> <p>• ¿Cuál es la relación entre resiliencia y habilidades de planificación en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo?</p>	<p>• Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades para manejo de estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo.</p> <p>• Determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades de planificación en los estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo.</p>	<p>• H1: Existe relación positiva entre resiliencia y habilidades para manejo de estrés en estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo, mayor nivel de resiliencia.</p> <p>• H1: Existe relación significativa entre resiliencia y habilidades de planificación en los estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de Huancayo.</p>	<p>Instrumento de recolección</p> <p>Escala de resiliencia para alumnos universitarios foráneos (Resfor, 2016)</p> <p>Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein (2017)</p>
Bibliografía de sustento para la justificación y delimitación del problema		Bibliografía de sustento usada para el diseño metodológico	
<p>Asociación de Psicología Americana (2021). <i>El camino a la resiliencia</i>. https://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino#</p> <p>Caldera, J., Aceves, B., y Reynoso, O. (2016). Psicogente. Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras, 19 (36) 227-239. Recuperado de: http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1294</p> <p>Descanio, D., Prette, A., Barham, E., Rodríguez, O., Fontaine, A. y Prette, Z. (2015). Social skills, academic competence and behavior problems in children with different blood lead levels. <i>Psicología, Reflezae</i>, 1(28) 166-176. Recuperado de: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-79722015000100166&lng=en&nrm=iso</p> <p>Holst, I., Galicia, Y., Gómez, G., & Arely, D. (2017). Vertientes Revista especializada en Ciencias de la Salud. <i>Las habilidades sociales y sus diferencias entre estudiantes universitarios</i>, 20(2), 22-29. http://www.revistas.unam.mx/index.php/vertientes/article/view/67164</p> <p>Instituto Mexicano de la Juventud (2018, 6 de abril). La importancia de las habilidades sociales en población joven. Consultado el 26 de febrero de 2021. https://www.gob.mx/imjuve/articulos/la-importancia-de-las-habilidades-sociales-en-la-poblacion-joven</p>		<p>Gallardo, E. (2017). <i>Metodología de la investigación: manual autoformativo interactivo</i>. Huancayo: Universidad Continental.</p> <p>Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). <i>Metodología de la investigación</i>. 6 ed. México D.F.: McGraw Hill</p>	