

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Habilidades blandas y ansiedad en estudiantes de una  
academia pre universitaria de Concepción, 2022**

Andrea Rosa Durand Berrios  
Fabiola Dhayan Fierro Hinostroza

Para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2023

Repositorio Institucional Continental  
Tesis digital



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

**INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TESIS**

**A** : Eliana Carmen Mory Arciniega  
Decano de la Facultad de Humanidades

**DE** : Mg. Nadia Toledo Choquehuanca  
Asesor de tesis

**ASUNTO** : Remite resultado de evaluación de originalidad de tesis

**FECHA** : 11 de octubre de 2023

---

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado asesor de la tesis titulada: "HABILIDADES BLANDAS Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PRE UNIVERSITARIA DE CONCEPCIÓN, 2022", perteneciente a los estudiantes Andrea Rosa Durand Berrios y Fabiola Dhayan Fierro Hinostroza, de la E.A.P. de Psicología; se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 19 % de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI  NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores (N° de palabras excluidas: 10) SI  NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI  NO

En consecuencia, se determina que la tesis constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad.

Recae toda responsabilidad del contenido de la tesis sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales – RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC.

Estando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

  
\_\_\_\_\_  
Asesor de tesis

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Andrea Rosa Durand Berrios, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 70651735, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "HABILIDADES BLANDAS Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PRE UNIVERSITARIA DE CONCEPCIÓN, 2022", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

11 de octubre de 2023.



---

Andrea Rosa Durand Berrios

DNI. No. 70651735


## **DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD**

Yo, Fabiola Dhayan Fierro Hinostroza, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 73221737, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

5. La tesis titulada: "HABILIDADES BLANDAS Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PRE UNIVERSITARIA DE CONCEPCIÓN, 2022", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología.
6. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
7. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
8. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

11 de octubre de 2023.



---

Fabiola Dhayan Fierro Hinostroza

DNI. No. 73221737

# HABILIDADES BLANDAS Y ANSIEDAD

## INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	4%
2	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
3	<a href="https://repositorio.continental.edu.pe">repositorio.continental.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
4	<a href="https://repositorio.uncp.edu.pe">repositorio.uncp.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
5	<a href="https://1library.co">1library.co</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://docplayer.es">docplayer.es</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="https://repositorio.autonoma.edu.co">repositorio.autonoma.edu.co</a> Fuente de Internet	<1%
8	<a href="https://repositorio.uoosevelt.edu.pe">repositorio.uoosevelt.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%
9	<a href="https://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%

## **Dedicatoria**

Dedico esta tesis a mi madre Silvia y a mi padre Edwin por la educación que me brindaron, los consejos, su paciencia, su incondicional apoyo emocional y económico para lograr el objetivo de ser una profesional.

A mis hermanos Camila y Ervin por su acompañamiento, a mi abuela Dionisia porque siempre me brindó apoyo moral permanente durante mi etapa universitaria.

A mis abuelos Ruffely y Victoria, aunque no me acompañaron físicamente, siempre me cuidan desde el cielo y me guían para que todo salga bien.

***Fabiola***

Dedico esta tesis a mi madre Nora por su incondicional apoyo permanente durante cada etapa de mi vida.

A mi abuela Rosa, quien fue un gran apoyo dándome consejos y algunos alcances que necesitaba.

A mi tía Nilda, quien siempre estuvo aconsejándome, guiándome y fortaleciéndome con su apoyo moral.

A mi hermano Jesús, quien fue un guía en mi camino y ejemplo en todo momento.

Al apoyo de toda mi familia, quienes en algún momento me levantaron los ánimos para seguir.

***Andrea***

## **Agradecimiento**

Agradecemos a Dios y a la virgen de Guadalupe por otorgarnos una familia maravillosa, quienes nos otorgaron su confianza y ejemplos de sacrificio, superación y humildad, mostrándonos el valor de todo lo que nos dieron con el fin de lograr nuestros propósitos profesionales.

A la Universidad Continental por permitirnos convertirnos en profesionales en la carrera que nos apasiona; agradecemos a cada maestro que formó parte de este proceso integral de nuestra vida académica. Como recuerdo y prueba viviente en la historia, esta tesis perdurará dentro de los conocimientos y desarrollo de las demás generaciones que están por llegar.

*Las autoras*



## Índice

Dedicatoria.....	6
Agradecimiento.....	7
Índice .....	8
Contenido de Figuras .....	10
Contenido de Tablas .....	11
Resumen.....	12
Abstract.....	13
Introducción .....	14
<b>CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO.....</b>	<b>16</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	16
1.2. Formulación del problema .....	17
1.2.1 Problema general .....	17
1.2.2 Problemas específicos.....	18
1.3. Objetivos.....	18
1.3.1. Objetivo general.....	18
1.3.2. Objetivos específicos .....	18
1.4. Justificación e importancia .....	19
1.4.1. Justificación teórica .....	19
1.4.2. Justificación metodológica.....	19
1.4.3. Justificación práctica.....	19
1.5.3 Descripción de las variables.....	19
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>21</b>
2.1 Antecedentes .....	21
2.1.1 Internacionales .....	21
2.1.2. Antecedentes nacionales .....	22
2.2.3. Antecedentes locales .....	24
2.2 Bases teóricas.....	25
2.2.1 Habilidades blandas .....	25
2.2.2 Ansiedad .....	34
2.3 Definición de términos básicos .....	42
<b>CAPÍTULO III. DISEÑO METODOLÓGICO .....</b>	<b>44</b>
3.1 Método de investigación .....	44
3.1.1 Método general .....	44
3.1.1 Método específico.....	44
3.2. Configuración de la investigación .....	44
3.2.1. Enfoque de investigación.....	44

3.2.2. Tipo de investigación.....	44
3.2.3. Nivel de investigación.....	45
3.2.4. Diseño de investigación .....	45
3.3. Hipótesis y descripción de variables.....	46
3.3.1. Hipótesis general.....	46
3.3.2. Hipótesis específicas.....	46
3.4. Población y muestra.....	46
3.4.1 Población .....	46
3.4.2. Muestra .....	47
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	47
3.5.1. Técnica.....	47
3.5.2. Instrumento .....	48
3.5.3. Recolección de datos.....	50
3.5.4. Estrategias de análisis de la información .....	50
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	52
4.1. Descripción de los resultados.....	52
4.1.1. Resultados descriptivos.....	52
4.1.2. Resultados inferenciales.....	60
4.1.3. Discusión .....	65
CONCLUSIONES .....	70
RECOMENDACIONES.....	71
REFERENCIAS.....	72
ANEXOS .....	82
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	83
Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables .....	84
Anexo 3: Cuestionarios.....	85
Anexo 4: Autorización para la aplicación de los instrumentos.....	87
Anexo 5: Constancia de aplicación.....	88
Anexo 6: Consentimiento informado.....	89
Anexo 7: Validación de los instrumentos .....	90
Anexo 8: Confiabilidad de los instrumentos.....	111
Anexo 9: Evidencias fotográficas .....	114

## Contenido de Figuras

<b>Figura 1</b> Curva de aprendizaje .....	28
<b>Figura 2</b> Gráfico de resultados de la variable habilidades blandas .....	53
<b>Figura 3</b> Gráfico de resultados de la dimensión habilidades de adaptación .....	54
<b>Figura 4</b> Gráfico de resultados de la dimensión habilidades de gestión .....	55
<b>Figura 5</b> Gráfico de resultados de la dimensión habilidades interpersonales .....	56
<b>Figura 6</b> Gráfico de resultados de la dimensión habilidades de comunicación .....	57
<b>Figura 7</b> Gráfico de resultados de la variable ansiedad .....	58
<b>Figura 8</b> Gráfico de resultados de la dimensión ansiedad estado .....	59
<b>Figura 9</b> Gráfico de resultados de la dimensión ansiedad rasgo .....	60

## Contenido de Tablas

<b>Tabla 1</b> Confiabilidad del Inventario de ansiedad estado-rasgo .....	50
<b>Tabla 2</b> Confiabilidad del Cuestionario de habilidades blandas .....	50
<b>Tabla 3</b> Resultados descriptivos de habilidades blandas .....	52
<b>Tabla 4</b> Resultados descriptivos de habilidades de adaptación.....	53
<b>Tabla 5</b> Resultados descriptivos de habilidades de gestión .....	54
<b>Tabla 6</b> Resultados descriptivos de habilidades interpersonales .....	55
<b>Tabla 7</b> Resultados descriptivos de habilidades de comunicación .....	56
<b>Tabla 8</b> Resultados descriptivos de ansiedad.....	57
<b>Tabla 9</b> Resultados descriptivos de ansiedad estado.....	58
<b>Tabla 10</b> Resultados descriptivos de ansiedad rasgo .....	59
<b>Tabla 11</b> Pruebas de normalidad .....	61
<b>Tabla 12</b> Correlación entre variables habilidades blandas y ansiedad.....	62
<b>Tabla 13</b> Correlación entre la variable ansiedad y habilidades de adaptación.....	63
<b>Tabla 14</b> Correlación entre ansiedad y habilidades de gestión .....	63
<b>Tabla 15</b> Correlación entre ansiedad y habilidades interpersonales .....	64
<b>Tabla 16</b> Correlación entre ansiedad y habilidades de comunicación .....	65

## **Resumen**

Esta investigación se desarrolló con el propósito de establecer la correlación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción. Para lograr este propósito se aplicó el enfoque cuantitativo, con un tipo de investigación correlacional y un diseño transversal, descriptivo-correlacional y no experimental. Asimismo, 100 estudiantes de una academia preuniversitaria conformaron la muestra, quienes resolvieron el inventario de ansiedad rasgo estado y el cuestionario de habilidades blandas. Los principales resultados indican que el 57 % de estudiantes tienen un desarrollo regular de las habilidades blandas y el 61 % tienen un nivel moderado de ansiedad. Se concluyó que no existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad, puesto que  $p$  valor (0.214) > nivel de significancia (0.05).

**Palabras clave:** ansiedad, habilidades blandas, estudiantes, academia preuniversitaria.

## **Abstract**

This research was developed with the purpose of establishing the correlation between soft skills and anxiety in students of a pre-university academy in Concepción. To achieve this purpose, a quantitative approach was applied, with a correlational type of research and a cross-sectional, descriptive-correlational and non-experimental design. The sample consisted of 100 students from a pre-university academy who completed the trait-state anxiety inventory and the soft skills questionnaire. The main results indicate that 57% of students have a regular development of soft skills and 61% have a moderate level of anxiety. It was concluded that there is no relationship between soft skills and anxiety, since p value (0.214) > significance level (0.05).

**Key words:** anxiety, soft skills, students, pre-university academy.

## Introducción

El tema de esta investigación se centra en buscar la relación entre las habilidades blandas y la ansiedad. Asimismo, se trata de un análisis descriptivo de ambas variables. Es así que las habilidades blandas son atributos que permiten que los individuos puedan interactuar con otras; estas habilidades generalmente se enfocan en algún aspecto del trabajo o la vida cotidiana (Mujica, 2015).

De igual manera, se ha abordado la ansiedad, un estado de miedo, temor e inseguridad frente a una situación.

Con respecto a los antecedentes, se han considerado diversos trabajos previos que contemplan las variables de estudio de manera independiente y desde una perspectiva diversa, de tal manera que se ha podido tener un panorama amplio sobre los estudios que se han realizado con respecto a las habilidades blandas y la ansiedad.

Entre los principales antecedentes se pueden mencionar el trabajo elaborado por Vizuite (2022), quien realizó una investigación para establecer la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en universitarios. Huacan (2020) hizo la tesis *Habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador*. Asimismo, se ha considerado el trabajo de Martínez y Martínez (2020), quienes hicieron una propuesta didáctica para analizar las habilidades blandas en la educación superior, el de Parra (2018) sobre ansiedad y habilidades sociales, y el de Alberto (2020) sobre ansiedad y nivel de aprendizaje.

La relevancia académica y profesional de esta investigación, indica que los estudios correlaciones permiten establecer la asociación de dos variables con la finalidad de entender la naturaleza de un problema o fenómeno, de tal manera que se puedan realizar otros estudios en función de este conocimiento.

La motivación para realizar esta investigación radica en la necesidad de conocer a profundidad la problemática de la ansiedad y si esta se involucra o asocia con variables como las habilidades blandas.

Con respecto a la metodología, se ha considerado un enfoque cuantitativo, de tipo básico, nivel correlacional, puesto que esta investigación pretende fijar la relación entre dos variables desde un análisis estadístico cuantitativo.

Todo esto se ha desarrollado en cuatro capítulos, cuya estructura se describe a continuación.

En el Capítulo I, se ha considerado el planteamiento del estudio, donde se incluye la formulación del problema, general y específicos, los objetivos, la justificación y la descripción de las variables.

El Capítulo II contempla los antecedentes, las bases teóricas de ambas variables y la definición de los términos básicos.

El Capítulo III está compuesto por el método de investigación, el enfoque, tipo, nivel y diseño de investigación. Asimismo, las hipótesis, la población, la muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de los datos y las estrategias de análisis de la información.

Finalmente, el Capítulo IV considera a los resultados descriptivos e inferenciales, así como la discusión de los resultados.



## CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

### 1.1. Planteamiento del problema

Todos los países buscan una educación de calidad en todos los niveles del sistema escolar, de tal forma que los jóvenes puedan tener los conocimientos, valores y habilidades para vivir, laborar y contribuir al desarrollo de la población dentro de un contexto globalizado. En muchos de los casos no sucede de esta manera, puesto que la mayoría de países se enfoca en la formación académica, dejando de lado la formación humana en habilidades y valores; es por ello que la mayoría de jóvenes, en muchos de los casos, no cuentan con las suficientes herramientas que les permitan desenvolverse de manera adecuada en su entorno laboral y social. Esto se agravaría con trastornos que la pandemia generó como, por ejemplo, la ansiedad, la depresión, etc. (Unesco, 2021).

A nivel mundial, el 88% de jóvenes y adolescentes experimentó moderados y altos niveles de ansiedad. El 12% expresó no presentó problemas de ansiedad. Es así que el confinamiento ha originado malestares a nivel social y emocional de los menores de la casa (Catagua & Escobar, 2021).

En Latinoamérica, el reporte *El desafío del desarrollo de habilidades en América Latina* precisó que aún persisten deficiencias en la formación de competencias socioemocionales, ocasionando que lo jóvenes no tengan una buena respuesta en el entorno laboral (Fiszbein et al., 2016).

Es así que para Eisner (2010) un diploma o título universitario no asegura el éxito personal y profesional; por ende, tampoco es un indicador de que el joven tenga las herramientas necesarias para desenvolverse e interrelacionarse en la sociedad.

El reto de los jóvenes al culminar la secundaria es la búsqueda de conocimientos en aspectos cognitivos, sociales y emocionales. Es por ello que los docentes y formadores deben brindar este tipo de educación; sin embargo, la realidad nacional es

distinta, puesto que los colegios se enfocan en brindar conocimientos, mas no en fortalecer sus habilidades blandas.

Por tal motivo, la psicología educativa presta atención a los constructos autoeficacia y ansiedad en el propósito de mejorar la enseñanza. Visto de esta manera, la ansiedad es el estado emocional displacentero que se relaciona con pensamientos de negatividad que implican a la evaluación cognitiva que realiza el estudiante frente a una situación de riesgo (Lazarus & Folkman, 1986), que podría atentar contra la seguridad, autoestima y habilidades personales.

De acuerdo con un estudio de Staffing América Latina (2016), el Perú tiene cifras elevadas con respecto a las deficiencias en el desarrollo de habilidades blandas. Esta falta de formación de las habilidades blandas se refleja en el limitado acceso que tienen los jóvenes a una correcta sociabilización que parte desde la formación escolar (Staffing América Latina, 2016).

Por un lado, la ansiedad es un trastorno que implica una experiencia emocional desagradable, que puede generar la necesidad de obtener habilidades blandas por parte de los jóvenes. Precisamente, ese es el centro de este trabajo de investigación, el cual se enfoca en estudiantes de una academia preuniversitaria, quienes al terminar el colegio se encuentran en una etapa que implica diversos retos como la elección de una carrera, de la universidad donde estudiarán y la preocupación de un puesto laboral. Por ende, también se busca la relación que tienen las variables habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema general**

¿Existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?

### **1.2.2 Problemas específicos**

- ¿Existe relación entre la dimensión de habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?
- ¿Existe relación entre la dimensión de habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?
- ¿Existe relación entre la dimensión de habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?
- ¿Existe relación entre la dimensión de habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar si existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Determinar si existe relación entre la dimensión habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.
- Determinar si existe relación entre la dimensión habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

- Determinar si existe relación entre la dimensión habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.
- Determinar si existe relación entre la dimensión habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

#### **1.4. Justificación e importancia**

##### **1.4.1. Justificación teórica**

La importancia teórica de este estudio permitirá acrecentar el campo de aplicación de la teoría utilizada en este estudio, la cual sirve como referente conceptual, ya que en el proceso se abarcan tanto las habilidades blandas como la ansiedad y futuras investigaciones teóricas.

##### **1.4.2. Justificación metodológica**

La trascendencia metodológica de esta investigación radica en el diseño que se aplicará para el logro de los objetivos: diseño correlacional de enfoque cuantitativo y transversal. En tal sentido, esta investigación formará parte del grupo de antecedentes de diseños metodológicos que sirven como referente en estudios que se desarrollarán en el campo de la psicología.

##### **1.4.3. Justificación práctica**

Los hallazgos de la investigación realizada ampliarán la información acerca de la relación entre las habilidades blandas y la ansiedad. Estos resultados permitirán conocer si ambas variables se asocian o guardan relación, con el fin de que este conocimiento pueda aplicarse como línea de base para otros estudios, como las investigaciones causales o explicativas.

##### **1.5.3 Descripción de las variables**

## **Habilidades blandas**

### ***Definición conceptual:***

Es la conjunción de habilidades sociales, comunicación, estilo de vida, formas de convivencia; formar una persona que sea apta de relacionarse con los demás (Mujica, 2015).

### ***Definición operacional:***

Las habilidades blandas se miden en una escala ordinal a través del cuestionario de habilidades blandas compuesto de 30 ítems y cinco dimensiones. La escala considera los valores de desarrollado, en proceso de desarrollo y no desarrollado.

## **Ansiedad**

### ***Definición conceptual:***

Es una reacción emocional que consiste en sentimientos de tensión, aprensión, preocupación y nerviosismo. En este estado, se activa el sistema nervioso autónomo (Spielberger et al., 1984).

### ***Definición operacional:***

La herramienta para medir la ansiedad se basa en las puntuaciones medias obtenidas en la Escala de ansiedad, que consta de 40 reactivos independientes que miden la ansiedad rasgo y estado (Spielberger et al., 1984). Su escala de calificación es la siguiente: nunca = 1, rara vez = 2, a veces = 3, casi siempre = 4, siempre = 5.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### 2.1.1 Internacionales

Vizuite (2022) ejecutó la investigación: *“La ansiedad y su relación con las habilidades sociales en estudiantes universitarios”*, con la finalidad de establecer una relación. Fue un estudio transversal, no experimental y correlacional, de enfoque cuantitativo. Los participantes fueron 159 estudiantes, a quienes se les administró el inventario de Beck para medir la ansiedad y la escala de HHSS. Como resultado de estableció relación significativa. La conclusión indica que, si la ansiedad aumenta, los niveles de habilidades blandas en la muestra evaluada.

Martínez y Martínez (2020), en su tesis *“Estudio analítico de las habilidades blandas en educación superior: una propuesta pedagógica para fortalecer el PEP del programa de contaduría pública”*, se plantearon como objetivo desarrollar una propuesta didáctica para fortalecer las habilidades blandas mencionadas. La metodología utilizada fue un enfoque híbrido que combina análisis, tipos y niveles cualitativos y cuantitativos, de lo que se concluyó que las tres habilidades blandas de comunicación segura, honestidad ética y empatía son las que requieren mayor atención.

Oyarzo y Piffaut (2019) realizaron un trabajo de investigación titulado *“Estrategias didácticas para el desarrollo de habilidades blandas en estudiantes de enseñanza básica”*. Su objetivo fue identificar estrategias que potencien las HHBB. Se utilizaron métodos cualitativos y cuantitativos, con fines descriptivos y exploratorios y un diseño no experimental. Se concluyó que los docentes aprenden a desarrollar habilidades blandas en función del entorno social, en lugar de guiarse por un plan diseñado previamente.

Parra (2018), en su tesina *“Ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes de educación básica de la Unidad Educativa “Once de Noviembre”, Riobamba, octubre 2017 - marzo 2018”*, se propuso establecer la existencia de correlación entre las variables mencionadas. Se utilizaron métodos cualitativos, de diseño no experimental, nivel exploratorio, estudios bibliográficos y de campo. Población fue de 60 estudiantes. Se empleó como instrumento el test psicológico GADI y el Test de habilidades sociales. Los autores concluyeron que la ansiedad sí tiene una relación importante con las habilidades sociales.

Barrios (2017), en su tesis *“Ansiedad escolar en adolescentes de secundaria, se propuso como finalidad, explorar el papel de la ansiedad escolar en adolescentes de unidades educativas de la ciudad de Sucre, Bolivia. Se utilizaron métodos cuantitativos, correlacionales, descriptivos y exploratorios. La muestra fue de 187 adolescentes de 14 a 18 años. Se concluyó que los factores asociados a una mayor ansiedad están relacionados con las sanciones y el fracaso escolar.*

García (2017), en su tesis *“Ansiedad y rendimiento académico de estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navarra”*, se propuso como objetivo establecer la relación que tiene el rendimiento académico y la ansiedad. El estudio fue de tipo básico, no experimental-transversal, enfoque cuantitativo, y la muestra fue de 135 estudiantes. Se logró concluir que hay relación inversa entre el rendimiento académico y la ansiedad.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Huacan (2020) realizó la tesis *“Habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador”*, con la finalidad de establecer correlación entre la ansiedad y las HHBB. El estudio tuvo un diseño no experimental de tipo correlacional. La muestra fue de 2020 alumnos, a quienes se les aplicó la Lista

de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y el Inventario de ansiedad de Beck. El resultado indica que las hhss y la ansiedad se relacionan de forma inversa, de lo que se concluyó que, a mayores niveles de habilidades sociales, menor nivel de ansiedad.

Alberto (2020) desarrolló una tesis titulada “*Ansiedad y nivel de aprendizaje en los estudiantes de la escuela profesional de estadística e informática - Huacho, 2021*”, con el objetivo de comprender los trastornos de ansiedad y su relación con los niveles de aprendizaje. La metodología aplicó el método cuantitativo, el tipo de investigación fue el básico descriptivo y diseño correlacional-transversal. Se concluyó la existencia de correlación estadística muy baja entre el aprendizaje y la ansiedad.

Cornejo y García (2020), en su tesis “*Habilidades blandas y estrés académico en estudiantes de una universidad*”, se plantearon el propósito de fijar la correlación entre el estrés académico y habilidades blandas. La metodología se basó en métodos cuantitativos transversales, descriptivos-correlacionados y prospectivos. Se concluyó que las variables habilidades blandas y el estrés académico guardan una relación significativa.

De la Cruz (2020) desarrolló la tesis “*Habilidades blandas en las relaciones interpersonales en docentes de la Institución Educativa Karol Wojtyla*”, con el propósito de establecer la relación entre habilidades blandas y las relaciones interpersonales. La metodología fue de tipo básico, deducción hipotética, métodos cuantitativos, diseños no experimentales, como muestra se consideró a 70 estudiantes. La conclusión indica que las relaciones interpersonales están asociadas significativamente con las habilidades blandas.

Huayna (2019), en su tesis, desarrolló un análisis de *soft skills* en estudiantes de la Facultad de Administración de la Universidad Nacional de San Agustín, con la finalidad de determinar el nivel de habilidades blandas de los estudiantes. La



metodología se basó en métodos cuantitativos, nivel descriptivo, 55 alumnos conformaron la muestra. Se concluyó que los estudiantes de Administración tienen un mayor nivel de habilidades blandas (74,6 %). Asimismo, las dimensiones de habilidades sociales fueron autoconciencia (67,8 %), autorregulación (54,2 %) y motivación (52,5 %).

Mamani (2017), ejecutó la tesis *“Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios”*, se propuso como propósito de determinar la asociación entre la procrastinación académica y el rasgo de ansiedad. Empleó una metodología de tipo básico, diseños descriptivos, métodos cuantitativos. La conclusión a la que arribó fue que las correlaciones entre la procrastinación académica y los rasgos de ansiedad fueron muy débiles (0,068).

### **2.2.3. Antecedentes locales**

Veliz (2021), ejecutó la tesis *Aprendizaje basado en proyectos y desarrollo de habilidades blandas en estudiantes de una universidad*, con el propósito de establecer si existe relación entre las habilidades blandas y el aprendizaje. La metodología usó métodos cuantitativos, diseños no experimentales, niveles descriptivos pertinentes, tipos básicos. La muestra fue de 35 alumnos. Se concluyó que existe una alta correlación entre la aplicación de métodos de aprendizaje y las habilidades blandas.

Capcha y Rodríguez (2020), en su tesis *“Habilidades blandas e inserción laboral en egresados de la carrera profesional de Administración”*, se plantearon como objetivo determinar si existe una relación entre las variables mencionadas. El estudio fue de tipo básico, diseño no experimental-lateral, métodos cuantitativos. La muestra comprendió a 82 egresados de la FACAP - Tarma. Los hallazgos indicaron que no había suficiente evidencia de una correlación entre el desarrollo de habilidades interpersonales y el empleo de los graduados.

Villarubia (2019), en su tesis “*Distorsiones cognitivas y ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la carrera de Psicología en la UC*”, se planteó como objetivo establecer la relación existente entre las distorsiones cognitivas y la ansiedad. La metodología se basó en métodos cuantitativos, tipos básicos, niveles descriptivos relevantes, diseño no experimental. La muestra fue de 330 alumnos. Se concluyó que existe relación entre las distorsiones cognitivas y la ansiedad.

Córdova (2018) realizó una tesis titulada “*Ansiedad y rendimiento académico del idioma inglés en una I.E.*”, con el propósito de establecer si hay relación entre el rendimiento académico y la ansiedad. La metodología es de tipo básico, nivel-correlación descriptivo, hace uso de métodos generales, diseño no experimental y métodos cuantitativos. La conclusión fue que la ansiedad psicológica guarda una relación negativa con el rendimiento académico.

Anticona y Maldonado (2017) realizaron el trabajo titulado “*Ansiedad y depresión en el personal de salud de un Hospital de Huancayo*”, el propósito fue establecer si la depresión se relaciona con los niveles de ansiedad. La metodología hizo uso de métodos cuantitativos, nivel descriptivo, diseño no experimental. La muestra fue de 241 sujetos masculinos y femeninos (médicos, enfermeros y técnicos de enfermería). Se concluyó que las variables ansiedad y depresión se relacionan de forma significativa.

## **2.2 Bases teóricas**

### **2.2.1 Habilidades blandas**

**2.2.1.1. Definiciones de habilidades blandas.** Estas habilidades son una cualidad con las que una persona puede interactuar de manera efectiva con otras, y suelen estar enfocadas en la vida diaria.

Estas habilidades son parte de las habilidades sociales, comunicación y personalidad que permiten la interrelación social. Por lo tanto, están relacionadas con

la inteligencia emocional, puesto que la comunicación interpersonal está supeditada a la habilidad de entender a los demás y tener un control emocional adecuado. En las últimas décadas, los académicos han propuesto varias definiciones de habilidades blandas, que se describen a continuación.

Estas habilidades son la predisposición de los individuos para tener una conexión interna y con las demás personas de una forma constructiva es decir, son la capacidad de influir y decidir. Las actitudes y prácticas de cómo los individuos aprenden e interactúan con su entorno (Ortega, 2016).

Según Singer et al. (2009), los docentes deben buscar diferentes métodos para apoyar las habilidades blandas de los estudiantes, puesto que estas no se aprenden de manera fácil, ya que son habilidades no cognitivas básicas para el aprendizaje.

De acuerdo con Mujica (2015), estas habilidades dan la facilidad a las personas para interactuar de manera efectiva con otras, generalmente enfocándose en el trabajo, algún aspecto del trabajo o incluso en la vida cotidiana.

Tapia (2018) señaló que estas habilidades son fundamentales para desempeñar el trabajo de forma eficiente. Cuando la persona logra nutrirlas, dado su entorno social, irá mostrando avances a medida que se sienta más capaz.

**2.2.1.2. Historia.** El término habilidades blandas se acuñó en Estados Unidos en 1972, cuando Whitmore publicó un informe para el Comando Continental de los Estados Unidos (CONARC).

En este informe se afirmaba que las habilidades blandas “se definen como habilidades importantes relacionadas con el trabajo, implica poca o ninguna interacción con la máquina y tiene una amplia aplicación en el trabajo” (Whitmore, 1972).

Pero este concepto no se hizo más popular hasta que se publicó en 1996 el aclamado libro *Inteligencia emocional* de Daniel Goleman, en que lo define como “la

capacidad de identificar y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones y la facilidad para aprender y aprender” (Goleman, 1996).

**2.2.1.3. Fases para aprender una habilidad.** Los cuatro pasos para aprender una habilidad son los siguientes:

**a. Incompetencia inconsciente**

Se le conoce como "ignorancia dichosa". Es similar a la ceguera. No hay competencia conocida. También puede haber aquí a los que se les llama "analfabetos emocionales".

**b. Incompetencia consciente**

El individuo se percata de lo que desconoce y toma la decisión de avanzar y se queda sin saber. Mayormente se renuncia a la idea de aprender de todo lo que se percibe. Esta fase necesita especial interés porque es la más complicada, pero se obtienen buenos conocimientos (Mujica, 2015).

**c. Competencia consciente**

Se requiere de concentración y atención porque la persona está predispuesta a hacerlo. Cuando se adquiere una capacidad, se debe ser conscientes de lo que se ha hecho para fortalecer esa capacidad. Cada paso es interiorizado y pasado al cerebro, por lo que conserva la técnica y la vuelve a repetir (Mujica, 2015).

**d. Competencia inconsciente**

Es cuando la habilidad aprendida se realiza de manera automática; de esta manera la conciencia es libre y se pueden realizar otras actividades en paralelo. Cuando una habilidad se disuelve en el inconsciente, su aplicación ocurre automáticamente e instintivamente, casi sin pensar. Otros pueden pensar que esta habilidad es innata (Mujica, 2015).

**Figura 1**  
*Curva de aprendizaje*



*Nota.* Tomada de Mujica, 2015, p. 9.

#### **2.2.1.4. Trascendencia de las habilidades blandas.**

Estas habilidades tienen que ver con los rasgos de personalidad y son difíciles de enseñar, un entorno positivo facilita el desarrollo de las habilidades blandas, mediante las actividades comunitarias, la sociabilización y comunicación.

Para lograr estas habilidades, los profesionales deben tener conocimientos teóricos y técnicos, además de ser líderes, buenos comunicadores, saber trabajar en equipo, ser organizados, resolver conflictos, emprendedores, entre otros.

#### **2.2.1.5. Algunas habilidades blandas.**

##### **a. Flexibilidad**

Es la predisposición para aprender cosas nuevas, para escuchar a los demás, para comprender las ideas y creencias de otras personas; no significa falta de individualidad, sino que significa poder relacionarse con diferentes personas y mantenerse fiel a la propia identidad.

##### **b. Creatividad e innovación**

Esta habilidad forma parte de un proceso mental que motiva a crear nuevas ideas para la resolución de problemas. De igual manera, asume un conjunto de técnicas y métodos para poder desarrollar la creatividad innata que tiene la persona.

### **c. Tolerancia al estrés**

Es la predisposición que tiene la persona para tolerar y adaptarse a los dolores, los eventos adversos y amenazas, también a los cambios de vida sin decaer enfrentándose al estrés de manera positiva sin afectar la salud física y mental.

### **d. Trabajo en equipo**

Estabilidad, comprende la realización de una actividad mediante el trabajo cooperativo siguiendo un objetivo en común. Para considerarse trabajo en equipo debe existir una estructura organizativa para el desarrollo del proyecto en cuestión, mas no que cada quien realice su trabajo de forma independiente.

### **e. Toma de decisiones**

Se trata de seleccionar opciones o maneras de resolver situaciones de la vida en contextos como: en el trabajo, en el hogar, en la emoción, en los negocios, etc., es decir, se toma una decisión en cualquier momento entre ellos. La diferencia entre ellos radica en el proceso o la forma en que se logran.

### **f. Liderazgo**

Es un rol desempeñado por un individuo en particular, quien tiene la capacidad de tomar decisiones adecuadas para un equipo; al mismo tiempo, debe inspirar y motivar para el logro de los objetivos comunes. Por este motivo, el liderazgo involucra a más personas, es decir, al líder y a los subordinados.

### **g. Empatía**

Algunas personas pueden identificar rápidamente el estado emocional de otra persona, mientras que otras no. El lado cognitivo de la empatía se ve afectado por muchas variables: qué tan familiarizado se está con las personas emocionales, qué tan cansados están, sus tendencias comunicativas, etc.

### **h. Comunicación oral**

Esta habilidad permite interactuar a través de mensajes entre dos o un conjunto de personas utilizando el lenguaje natural como código y el habla como vehículo. El lenguaje hablado significa producir y transmitir información a través de organismos del lenguaje como la zona alveolar, glotis, velo, labios, dientes, paladar y lengua.

#### **i. Comunicación escrita**

A diferencia de la comunicación oral, esta no es limitada por el tiempo ni por el espacio. Es por eso que la comunicación entre el emisor y el receptor no será de forma inmediata y tal vez nunca pueda darse, porque la escritura perdura a través del tiempo, la eternidad es uno de sus beneficios, al mismo tiempo que es la más accesible en las personas.

#### **j. Lealtad**

Tomar decisiones sobre lo que esa persona promete hacer, incluso en circunstancias cambiantes, es una obligación de corresponder y cumplir con el resto.

**2.2.1.6. Teoría de la inteligencia emocional de Goleman.** Goleman (1996) muestra una novedosa perspectiva sobre la llamada inteligencia emocional, y llega incluso a afirmar que tiene un impacto significativo en la adaptabilidad al mundo profesional y a la sociedad que cambia constantemente.

Asimismo, indica que esta postura de la inteligencia emocional puede apagarse y prenderse de acuerdo con el contexto emocional y social de la persona, es decir, es posible aprender a desarrollar y nutrir la formación de estabilidad.

Dicho de esta manera, es más probable que las personas con buenas habilidades emocionales sean efectivas y productivas en sus vidas. Ya sea que estén trabajando o

buscando trabajo, han sido evaluadas para proporcionar habilidades críticas para el éxito de sus objetivos profesionales.

Para Goleman (1996), la sabiduría académica no brinda la más mínima preparación para las múltiples dificultades u oportunidades que una persona afronta en su vida. Los docentes, que durante mucho tiempo se han preocupado por el bajo rendimiento de los escolares en matemáticas y lectura, evidencian un déficit diferente y más preocupante: el analfabetismo emocional.

Los motivos más persuasivos y contundentes son la cabeza y el corazón; paradójicamente, “las habilidades blandas son de vital importancia para el éxito profesional en los campos más difíciles” (Goleman, 1996, p. 57).

Goleman (1996) incorporó nuevas formas de selección del personal desde la inteligencia emocional que, posiblemente, puedan aprovechar de manera más efectiva las necesidades del campo laboral. De acuerdo con este autor, “el control de las emociones y la capacidad de presentación determinarán quién es contratado, quién no, quién falla y quién no” (p. 35). El nivel de inteligencia parece aportar solo un 20% como factor decisivo del triunfo (Goleman, 1996).

Este autor separa las habilidades en cinco dimensiones, que luego se dividen en dos categorías principales: habilidad personal y habilidad social.

**a. Competencias personales**

- Conciencia de sí mismo
- Autorregulación
- Motivación

**b. Habilidades sociales**

- Empatía
- Habilidades sociales



### ***2.2.1.7. Indicadores de las habilidades blandas.***

- **Autoconciencia:** “la capacidad de reconocer un sentimiento en el momento en que surge, de ser consciente de nuestras emociones, fortalezas y debilidades” (Alles, 2009, p. 36).
- **Autorregulación:** “Controlar nuestros impulsos y emociones antes de hacer algo o acción, e identificar por qué falla en una situación y cómo solucionarlo” (Alles, 2009, p. 37).
- **Motivación:** condiciones que permiten el logro de algo. Motivación de logro: comunicar mejor, asumir más riesgos planificados, incentivar y apoyar la innovación, proponer metas interesantes a los empleados. (Goleman, 1998)
- **Empatía:** habilidad para entender los sentimientos y emociones de los demás. (Goleman, 1998).
- **Liderazgo:** Habilidad de influenciar sobre los demás de forma voluntaria y con esfuerzo. Apasionado por lograr los objetivos de su equipo (Zuzama, 2014).
- **Trabajo en equipo:** Es la creación de sinergias de trabajo enfocadas al logro de la colectividad (Goleman, 1998).
- **Habilidades de comunicación:** estas son la capacidad de prestar atención, hacer preguntas, presentar definiciones e ideas de seguridad con regularidad y explicar lo que funciona (Alles, 2004).
- **Gestión de conflictos:** permite resolver conflictos; quienes tienen esta habilidad pueden lidiar con personas complicadas y situaciones difíciles de una manera diplomática (Goleman, 1998).

**2.2.1.8. Habilidades blandas y educación.** La educación ayuda a brindar diversas habilidades que permiten a las personas enfrentar mejor los desafíos de la vida diaria.

Desde la perspectiva laboral, la formación en habilidades es una buena estrategia para mejorar la economía de un país. Porque, según un informe de la OCDE, “en América Latina, de aquí a 2030, es probable que desaparezca entre el 1% y el 2% de los empleos (3,4 millones de empleos), lo que generará una reasignación masiva de empleos” (OCDE, CEPAL & CAF, 2017, p. 278).

## **H. Dimensiones de las habilidades blandas**

### **a. Autoestima.**

De acuerdo con Meléndez (2002), esta habilidad es la capacidad de valorarse de forma positiva y aceptarse a uno mismo. La formación de la autoestima se inicia con el conocimiento de uno mismo; en caso contrario, el individuo no tiene respeto ni aceptación, es decir, cada persona que se conozca a sí misma puede potenciar su autoestima en otras.

### **b. Comunicación asertiva.**

Es la comunicación activa para manifestar de forma precisa y exacta los gustos, deseos, opiniones, emociones e intenciones (Cazares, 2007).

### **c. Resiliencia.**

Silas (2008) afirmó que esta habilidad es “la capacidad de un individuo para superar la adversidad o el riesgo a través de un proceso dinámico en el que se utilizan libremente los factores internos y externos del individuo” (p. 1260).

En cuanto al ambiente de enseñanza, Mera (2018) ve a los centros educativos como “espacios que brindan a los estudiantes un ambiente propicio para la socialización, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades para promover

conductas resilientes que son capacidades inherentes a la formación integral de los estudiantes” (p. 29).

#### **d. Trabajo en equipo**

Vela (2017) indicó que es la forma estratégica de cada individuo para sumar al equipo. Cuando cada miembro trabaja por el bien común, pero no le gusta el comportamiento individualista, se crea una relación de cooperación y eficaz.

En el ámbito de las relaciones interpersonales, Vilca (2017) señaló que “el trabajo en equipo se trata más de los procedimientos, técnicas y estrategias que utilizan los grupos particulares para lograr los objetivos propuestos” (pp. 19-20).

#### **2.2.2 Ansiedad**

**2.2.2.1. Comienzo de la ansiedad.** Esta se origina de un cambio en el deseo sexual: “para ser justos, tengo la intención de recopilar todos nuestros datos de ansiedad y renunciar a la idea de sintetizarlos de inmediato”.

**2.2.2.2. Definiciones de ansiedad.** Esta forma parte de la naturaleza humana, todos en absoluto sienten un grado moderado de ansiedad, puesto que es una respuesta a la adaptación.

Para la psicología, la ansiedad es un tema de gran importancia que ha sido tratado desde 1920, y desde entonces se han desarrollado diversas perspectivas.

Para Spielberger (1979) y Bermúdez (1986), la ansiedad es un rasgo que representa una respuesta emocional crónica, es decir, una tendencia a sentirse amenazado ante cualquier tipo de situación, una sensación transitoria que representa respuestas durante una situación en particular.

Desde la perspectiva educativa, Pajares (2002) señaló que la autoeficacia deriva de la experiencia de dominio, persuasión social (información recibida de otros en apoyo de las creencias sobre la autoeficacia) y estados fisiológicos relacionados con la

ansiedad; la tensión, la excitación, la fatiga y el estado de ánimo (los individuos estiman su confianza, en parte debido a las emociones).

En general, la ansiedad se manifiesta como la combinación de diversas manifestaciones psíquicas y físicas que no precisamente son causas de peligros reales, sino que forman parte de una crisis por una sensación difusa y persistente que puede ser y ocasionar pánico.

**2.2.2.3. Evolución histórica del concepto de ansiedad.** A partir de la década de 1950, este trastorno comenzó a considerarse un estado de hiperexcitación, ya que la exposición prolongada a estímulos excitantes genera una incapacidad para suprimir la excitación (Malmo, 1957).

Es así que, Wolpe (1958) señaló que es “lo que lo impregna todo”, delimitada por diferentes características presentes en el entorno, que conducen a una ansiedad persistente e injustificada en el individuo. En la década de 1960 se desarrolló una teoría tridimensional de la ansiedad, la manifestación de las emociones se da mediante categorías de respuestas: cognitivas o subjetivas, fisiológicas y motoras o conductuales, con poca correlación entre ellas (Lang, 1968).

Desde los años sesenta, la ansiedad fue reconocida como un tipo de comportamiento que se manifiesta en sensaciones como la excitación fisiológica, la tensión y cognición. Franks (1969) la definió como una manifestación a causa de estímulos internos como los corporales o cognitivos y los externos como el ambiental.

Las respuestas emocionales entregadas incluyen aspectos subjetivos de desagrado personal (nerviosismo, inseguridad, incapacidad para concentrarse, indecisiones, miedo, preocupación, baja autoestima, sensación de incompetencia en esta situación, sentirse fuera de control, etc.). Los aspectos físicos se caracterizan por una alta activación de los sistemas nerviosos autónomo y somático (palpitaciones, pulso

acelerado, opresión en el pecho, respiración rápida y superficial, ahogo, deglución, molestias digestivas, sudoración, sequedad de boca, temblores, hormigueo, nerviosismo dolor de cabeza, fatiga, tensión, mareos, vómitos, micción frecuente, eyaculación precoz, frigidez, impotencia, etc.), y aspectos observables sugestivos de comportamiento desadaptativo (hiperactividad, tartamudez, dificultades del lenguaje, conducta de evitación en determinadas situaciones, movimientos sin un propósito específico, torpeza y repetición, etc.).

A partir de la década de 1990 se ha propuesto que la ansiedad solo podría darse junto con la depresión y síntomas psicósomáticos cuando los sujetos son incapaces de adaptarse a su entorno (Valdés & Flores, 1990).

En contraste, para la Asociación Americana de Psiquiatría (1994), la ansiedad fóbica es una manifestación irracional frente a una situación en concreto. Es decir, la ansiedad es una respuesta emocional que incluye preocupación, tensión y aprensión que activa el sistema nervioso.

Finalmente, estas reacciones varían de una preocupación ligera hasta tener pánico, que se pueden complicar hasta llegar a la muerte, puesto que esta angustia frente a lo desconocido puede generar la pérdida de control de las funciones corporales.

**2.2.2.4. Teorías de la ansiedad.** Las manifestaciones de ansiedad incluyen respuestas experienciales, fisiológicas, conductuales y cognitivas; se caracterizan por un estado generalizado de alerta y excitación.

Esta condición se define casi tanto como los modelos teóricos que la construyen; es por esto que las teorías concuerdan que la ansiedad forma parte de manifestaciones complejas, de adaptación de un fenómeno multidimensional.

#### **a. Enfoque psicoanalítico**

La teoría psicoanalítica indica que este trastorno es producto de un conflicto entre impulsos inaceptables y contrafuerzas autoimpuestas. Freud (1971) la definió como una situación de estado afectivo desagradable en la que ocurren miedos, sensaciones poco agradables.

El autor identificó elementos fenomenológicos subjetivos y fisiológicos, donde el primero es el más relevante, agregando que el componente subjetivo en sí implica malestar propio de la ansiedad. Los rasgos adaptativos, por otro lado, actúan como señales ante un peligro real y aumentan una respuesta corporal para prepararse ante la amenaza.

Además, Freud (1971) mencionó que la ansiedad puede explicarse mediante estas teorías:

- La angustia real es la que viene de la relación entre el mundo exterior y el yo, es decir, la advertencia a la persona de los peligros que lo rodean.
- La angustia neurótica, que es ya un indicio de alerta, cuya causa está en las manifestaciones reprimidas de la persona que contienen a las demás neurosis. Entre sus características están la carencia de objetos, recuerdos reprimidos de castigos o eventos traumáticos y fuentes de peligro no reconocidas.
- La angustia moral es la vergüenza, porque el superyó intenta dominar, dejando sin control al yo frente a los impulsos. Se demuestra junto con otros trastornos psicológicos.

#### **b. Enfoque conductual**

En razón de este enfoque, Hull (1952) afirma que la ansiedad es una motivación consiente a un determinado estímulo.

La escuela a menudo usa los términos miedo y pavor al estudiar las respuestas de ansiedad. Así, desde la perspectiva de la teoría del aprendizaje, la ansiedad guarda

relación con estímulos incondicionados o condicionados que se manifiestan en emociones. Todo esto sugiere que los escenarios para el aprendizaje de comportamientos de ansiedad pueden entenderse a través de procesos de modelado y aprendizaje por observación.

### **c. Enfoque cognitivo**

Después de 1960, los aspectos cognitivos tuvieron mayor importancia en los estudios de la psicología, y como resultado surgió el enfoque cognitivista. Los conceptos de Lazarus (1966), Beck (1976) y Meichenbaum (1977) se enfocan en el estrés y la forma de afrontar de acuerdo con los procesos cognitivos.

El enfoque cognitivo se contrapone a la postura de estímulo respuesta que se utilizó en la concepción de la ansiedad.

### **d. Enfoque cognitivo-conductual**

Los representantes de este enfoque son Bowers (1973), Endler (1973) y Endler y Magnusson (1976), quienes combinan aportaciones de los enfoques cognitivo y conductual. Así, el comportamiento estará determinado gracias a la conjunción de las individualidades y la situación en la que se encuentra el individuo.

Diversos factores intervienen en el proceso de un individuo con ansiedad: el pensamiento, las creencias, las percepciones, que forman parte de las variables cognitivas, y la activación de los estímulos, que son las variables situacionales.

En consecuencia, el problema de las personas ansiosas no radica en su personalidad sino en diversos aspectos multidimensionales. Esto dio lugar a la teoría de la interacción multidimensional (Endler y Magnusson, 1976; Endler et al., 1976; Endler & Okada, 1975), que sostiene que los rasgos de personalidad y las situaciones amenazantes son esenciales, y la interacción entre ambos provoca estados de

ansiedad. En la teoría tridimensional de Lang (1968), la ansiedad se considera un sistema de triple respuesta que interactúa con el rendimiento cognitivo.

**2.2.2.5. Educación y ansiedad.** Gairín (1990) indicó que el rendimiento académico está relacionado con la ansiedad y con la dificultad de las tareas que se encomiendan.

La ansiedad alta facilita el aprendizaje de memoria, pero inhibe el aprendizaje más complejo que es menos familiar o se basa más en las habilidades de improvisación que en la persistencia. De esta manera, la ansiedad contribuye al aprendizaje de actividades complicadas como las matemáticas, siempre y cuando la autoestima del alumno no se vea amenazada, la tarea no es demasiado importante y el individuo puede controlar su estado de ansiedad.

Por su parte, Polaino (1993) demostró que la ansiedad moderada en matemáticas promueve el aprendizaje, mientras que la ansiedad alta inhibe significativamente el aprendizaje, porque es un factor disruptivo en la motivación hacia los conocimientos. En general, cuando se enfrentaban a tareas sencillas, los sujetos ansiosos tendían a alcanzar mejores resultados, y cuando se enfrentaban a tareas complejas, los sujetos más ansiosos tendían a rendir peor (Salas, 1996).

En el aula, las condiciones que rodean la evaluación son otro factor que afecta al rendimiento académico. La ansiedad incrementa cada vez que hay presión de rendimiento, consecuencias graves del fracaso y comparaciones competitivas con los compañeros. Los estudiantes ansiosos muchas veces necesitan atención especial, necesitan tiempo para trabajar a un ritmo más lento, especialmente cuando toman exámenes, pues si trabajan demasiado rápido pueden cometer errores por descuido, y si trabajan demasiado lento es posible que no terminen (Woolfok, 1999).



**2.2.2.6. Estrés y ansiedad.** En cuanto al estrés, se debe entender que *stress* es un término en inglés se traduce como carga, y “strain” se refiere a tensión.

Se utilizó erróneamente el término "stress" a cambio de "strain" en la denominación de la respuesta física ante un estímulo. Al quererse corregir la palabra "estrés", se hizo tan popular que tuvo que acuñar la nueva palabra "stressor" para designar una necesidad o amenaza en el diccionario médico.

**2.2.2.7. Ansiedad y miedo.** Para la psiquiatría, la ansiedad es un estado emocional no agradable donde se tienen sensaciones subjetivas de peligro, tensión, malestar o miedo acompañado de secreciones autónomas del cuerpo.

**2.2.2.8. Neurobiología de la ansiedad.** En la filogenia se establece un sistema nervioso que se encarga de cuidar la vida mediante una respuesta que indica que se debe huir o luchar.

**2.2.2.9. Etiopatogenia de los trastornos de ansiedad.** Anteriormente, se pensaba que los trastornos de ansiedad estaban relacionados únicamente con el conflicto psicológico.

Muchas enfermedades se originan a partir de anomalías neuroquímicas que están influenciadas por la genética. Otras están asociadas con el conflicto psicológico, o pueden explicarse mejor por la influencia de factores estresantes o comportamientos aprendidos.

#### **a. Factores biológicos**

- **Predisposición genética:** desde la perspectiva biológica, muchas personas son vulnerables a padecer ansiedad si los familiares de primer grado tienen estos trastornos, los cuales son por lo general el pánico y el TOC.
- **Factores psicosociales:** Para la manifestación de la ansiedad contribuyen los estresores psicosociales como las relaciones laborales, interpersonales,

académicas, amenaza de pérdida, necesidades sociales y económicas, entre otros. Al respecto, suele darse la ansiedad adaptativa y generalizada.

- **Factores traumáticos:** Las situaciones poco convencionales que viven algunas personas pueden ocasionar ansiedad; estas pueden ser desastres, accidentes graves, agresiones, torturas, violaciones, secuestros, entre otras. A menudo resulta en un daño cerebral biológico con síntomas severos de ansiedad, tan agudos como el estrés.
- **Factores psicodinámicos:** Puesto que la ansiedad es una respuesta frente al peligro, el “yo” adopta medidas defensivas; si se logran, la ansiedad desaparece.

#### **b. Factores cognitivos y conductuales**

La distorsión de los aspectos cognitivos (sistemas de pensamiento negativos) anteceden a los trastornos emocionales y del comportamiento desadaptativos. La ansiedad se manifiesta como una sobreestimación amenazadora de los estímulos y una subestimación del potencial personal. Pacientes con los sistemas cognitivos negativos desencadenan ataques de pánico, interpretan las palpitaciones precordiales como advertencias. Además, las respuestas o comportamientos de ansiedad de los demás se pueden aprender o imitar a través de estímulos externos, así como mecanismos de condicionamiento y generalización.

#### ***2.2.2.10. Dimensiones de ansiedad.***

##### **a. Ansiedad estado**

Se caracteriza por sentimientos subjetivos, como estado emocional transitorio, que se manifiesta en la falta de atención del sistema nervioso autónomo y miedo. Es decir, es una emoción temporal que se da por un evento específico. Las respuestas de este tipo de ansiedad cambian con el tiempo; a veces tiene una alta intensidad y

se denomina ansiedad aguda (Spielberger, 1966). Para este autor, las situaciones de angustia son interpretaciones de la persona, siendo algunas más intensas que otras.

### **b. Ansiedad rasgo**

La ansiedad se halla en un nivel alto, congruentemente estable y se determina por individuos que tienden a ver escenarios como amenazantes. Asimismo, observar una conducta negativa induce a tener ansiedad, ya sea que se encuentren o no en un ambiente estresante. Una persona que ha estado en un estado de ansiedad tiene una actitud perturbada y forma una estructura de vida más o menos estable con base en el rasgo de ansiedad, lo que se denomina ansiedad crónica. Un individuo esta propenso a ser ansioso si susceptible al estrés; al mismo tiempo percibirá una gran cantidad de hechos como peligrosos (Spielberg, 1966).

## **2.3 Definición de términos básicos**

**Habilidad:** Según la Real Academia Española, es la competencia que posee un individuo para realizar una acción de forma sencilla y correcta.

**Habilidad blanda:** Las habilidades blandas son habilidades no cognitivas que permiten a la persona comprender y relacionarse con los demás y consigo misma, resolver problemas de manera efectiva y creativa, identificar y gestionar emociones, establecer metas y planificar para lograrlas, etc.

**Ansiedad:** La ansiedad es un estado emocional desagradable, cuyas causas se desconocen. Suele ir acompañada de cambios fisiológicos y comportamientos similares a los que provoca el miedo. Este último es la respuesta emocional, física y conductual normal ante situaciones que implican peligro para el sujeto.

**Estudiantes:** La palabra estudiante es un sustantivo masculino o femenino que se refiere al aprendiz dentro del ámbito académico y que se dedica a esta actividad como su ocupación principal.

**Trastorno:** Cambio o alteración que se produce en la esencia o las características permanentes que conforman una cosa o en el desarrollo normal de un proceso.

## **CAPÍTULO III. DISEÑO METODOLÓGICO**

### **3.1 Método de investigación**

#### **3.1.1 Método general**

Para Bunge (2000), el método es una forma de realizar y abordar una problemática. Cada tipo de problema necesita un método o técnica en particular. Para este estudio se aplicó el método científico, porque se ha utilizado un conjunto ordenando de pasos para encontrar los resultados.

#### **3.1.1 Método específico**

Los métodos específicos utilizados fueron el descriptivo, porque según Yarlequé et al. (2011), “solo se observó y describió la realidad en cuestión. También se utilizó el método fenomenológico, porque se analizó el conocimiento obtenido sobre los encuestados” (p. 58).

### **3.2. Configuración de la investigación**

#### **3.2.1. Enfoque de investigación**

De acuerdo con Hernández et al. (2018), este estudio tiene un enfoque cuantitativo, puesto que “se realizó una serie de procesos sistémicos que concluyen en el análisis estadístico para la obtención de resultados” (p. 258).

#### **3.2.2. Tipo de investigación**

##### **A. Tipo de investigación de acuerdo con el propósito intrínseco**

El tipo de investigación considerada, con respecto a las variables propuestas y al propósito intrínseco, es correlacional, pues se “pretende caracterizar las propiedades de las variables mediante encuestas para responder a la problemática de la existencia una eventual relación” (Hernández et al., 2018, p. 356).

##### **B. Tipo de investigación de acuerdo con el propósito extrínseco**

El tipo de investigación, según su propósito extrínseco, es puro o teórico, puesto que este trabajo “puede utilizarse como conocimiento para una investigación experimental” (Ñaupas et al., 2018, 243).

### **C. Tipo de investigación según la fuente**

Esta investigación es de campo, porque se realizará la recolección de datos en el contexto de la muestra a través de instrumentos de medición; de esta forma se podrá estar en contacto directo con los participantes (Hernández et al., 2018).

### **D. Tipo de investigación según los métodos**

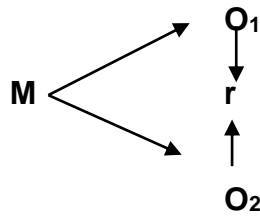
Puesto que esta investigación empleará preguntas directas e indirectas a una población numerosa para luego procesar los resultados obtenidos, de acuerdo con el método por utilizarse, es una investigación sobre la base de encuestas.

### **3.2.3. Nivel de investigación**

Para esta investigación se considera el nivel correlacional, puesto que se pretende identificar o establecer el grado de asociación entre dos variables (Hernández et al., 2018).

### **3.2.4. Diseño de investigación**

Para Hernández et al. (2018), “el término diseño se refiere a un plan o estrategia concebida para obtener la información deseada en respuesta al planteamiento de un problema” (p. 128). Se ha considerado que el diseño de este estudio es no experimental-transversal, correlacional, puesto que la recolección de la información se realizará en un solo momento para luego procesarla y correlacionarla entre sí. También se considera al diseño correlacional que permitió establecer la existencia de relación entre dos variables, de acuerdo a este esquema:



Dónde: M = Muestra.  
O1 = Observación de la variable 1.  
O2 = Observación de la variable 2.  
r = Correlación entre las variables.

### 3.3. Hipótesis y descripción de variables

#### 3.3.1. Hipótesis general

**H1:** Existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

#### 3.3.2. Hipótesis específicas

**H2:** Existe relación entre la dimensión habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**H3:** Existe relación entre la dimensión habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**H4:** Existe relación entre la dimensión habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**H5:** Existe relación entre la dimensión habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

### 3.4. Población y muestra

#### 3.4.1 Población

Para Ñaupas et al. (2018), “población es el conjunto de habitantes que serán referencia de una unidad de estudio, que comprenden las características necesarias, para

que puedan ser tomadas en cuenta como tales” (p. 333). La población de esta investigación comprende a estudiantes en etapa de preparación preuniversitaria de la provincia de Concepción, 2022.

### **3.4.2. Muestra**

La cantidad de la muestra fue determinada de una manera circunstancial, puesto que Ñaupas et al. (2018) indicaron que el investigador puede seleccionar la cantidad de muestra de acuerdo con las circunstancias de la investigación.

Es importante entender que la muestra, según Ñaupas et al. (2018), es una fracción de la población cuya característica es que debe ser representativa. La muestra fue de 100 estudiantes en etapa de preparación preuniversitaria de la provincia de Concepción, 2022.

#### **a. Criterios de exclusión:**

- Estudiantes que no accedan a resolver los cuestionarios.
- Estudiantes ausentes en el momento de la aplicación de los instrumentos.
- Estudiantes que no resuelvan todas las preguntas.
- Estudiantes con capacidades diferentes, que les impidan resolver el cuestionario.

#### **b. Criterios de inclusión:**

- Estudiantes en etapa de preparación para postular a una carrera profesional de la Academia San Marcos de la provincia de Concepción.
- Estudiantes de todos los tipos de ciclo preuniversitario de la Academia San Marcos de la provincia de Concepción.

## **3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

### **3.5.1. Técnica**



De acuerdo con Ñaupas et al. (2018), la técnica se utiliza para obtener información relevante a través de procesos que permiten el logro de los objetivos. En tal sentido, la técnica que se utilizará será el encuestado.

### **3.5.2. Instrumento**

Se usará el cuestionario como instrumento para medir la percepción sobre las habilidades blandas y la ansiedad. “Estos instrumentos están determinados por preguntas o ítems que deben estar redactados en función de objetivos (investigación cualitativa) o en función de hipótesis y variables (investigación cuantitativa)” (Ñaupas et al., 2018, p. 273).

#### **Ficha técnica del instrumento que mide la ansiedad**

Nombre: Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo.

Autores: Spielberger, Charles; Díaz-Guerrero, Rogelio (1975).

País: Estados Unidos

Administración: Individual, colectiva.

Duración: Variable (promedio 15 minutos).

Usos: Educativo, clínico y en investigaciones.

#### **Ficha técnica del instrumento que mide las habilidades blandas**

Nombre original: Habilidades blandas

Autoras: Katherine Colorado y Meliza Rojas

Procedencia: Universidad Nacional de Cajamarca

País: Perú

Año: 2019

Administración: Individual o grupal.

Duración: 20 minutos, aproximadamente.

Usos: Investigación.

## **Validez**

### **Validez del Inventario de ansiedad estado-rasgo**

La validación se realizó a través del coeficiente de validez de contenido (CVC) de Hernández-Nieto (2011), este establece la validez de un instrumento a través de la técnica de juicio de expertos.

El resultado obtenido en el coeficiente de validez del inventario de ansiedad fue de 0.948, un resultado que se ubica entre 0,81 y 0, 90, el cual es considerado como excelente. De esta forma, el instrumento es considerado como excelente con respecto a la validación de expertos, según Hernández-Nieto (2011), como se evidencia en el Anexo 7.

### **Validez del cuestionario de habilidades blandas**

El resultado obtenido en el coeficiente de validez del cuestionario de habilidades blandas fue de 0.911, un resultado que se ubica entre 0,81 y 0, 90 el cual es considerado como excelente. De esta forma el instrumento es considerado como excelente con respecto a la validación de expertos, según Hernández-Nieto (2011), como se muestra en el Anexo 7.

## **Confiabilidad**

### **Confiabilidad del Inventario de ansiedad estado-rasgo**

El estadígrafo aplicado en la confiabilidad de los instrumentos fue el coeficiente de alfa de Cronbach 0.915, esta cantidad indica una alta confiabilidad; de igual manera, las cifras obtenidas si un ítem es eliminado son mayores a 0.9, por ende, se puede afirmar al inventario de ansiedad como instrumento confiable, según Cronbach (1951), tal como se muestra en el anexo 8.

**Tabla 1***Confiabilidad del Inventario de ansiedad estado-rasgo*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,915	39

### **Confiabilidad del cuestionario de habilidades blandas**

El estadígrafo aplicado en la confiabilidad de los instrumentos fue el coeficiente de alfa de Cronbach 0.857, esta cantidad indica una alta confiabilidad; de igual manera, las cifras obtenidas si un ítem es eliminado son mayores a 0.8, por ende, se puede afirmar al inventario de ansiedad como instrumento confiable, según Cronbach (1951), tal como se muestra en el anexo 8.

**Tabla 2***Confiabilidad del Cuestionario de habilidades blandas*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,857	30

### **3.5.3. Recolección de datos**

Para la recolección de la información, primero se solicitó la autorización al director de la academia preuniversitaria; luego se pactó la fecha de la aplicación de ambos cuestionarios, que se realizó de forma presencial. El día de la encuesta se brindaron las recomendaciones e indicaciones necesarias para que cada estudiante pueda rellenar ambos instrumentos.

### **3.5.4. Estrategias de análisis de la información**

La estrategia que se utilizó para el análisis de la información comprende la tabulación de los datos en el software Microsoft Excel. Posteriormente la estadística descriptiva se realizará mediante un análisis de frecuencia. Para la estadística

inferencial, se aplicó la prueba rho de Spearman para determinar la relación entre las variables.

### **3.5. Aspectos éticos de la investigación**

Este trabajo de investigación se desarrolló considerando el respeto a la integridad moral de los estudiantes, por tratarse de menores de edad en su mayoría. De igual manera, se respeta el anonimato de sus respuestas, para evitar posibles inconvenientes frente a los resultados obtenidos en el proceso de encuestado. De igual manera, se solicitó la respectiva autorización del director de la academia. También se contempla, como norma ética, el respeto de autoría intelectual de cada uno de los conceptos, teorías y definiciones; para ello, se consideró a todos los autores dentro de las referencias, utilizando el estilo APA en su séptima edición.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Descripción de los resultados

Los resultados de este estudio se presentan en descriptivos e inferenciales. Los resultados descriptivos se dan mediante tablas de frecuencia y gráficos de barra, los cuales describen el estado situacional de cada variable. La estadística inferencial se realizó mediante la prueba de normalidad y la prueba de correlación. A continuación, se presentan estos resultados.

#### 4.1.1. Resultados descriptivos

##### Análisis de frecuencia de la variable habilidades blandas

Con respecto a la variable habilidades blandas el 2% de estudiantes encuestados presenta un bajo desarrollo de sus habilidades blandas, el 59 % tiene un desarrollo regular, el 38 % tiene un buen desarrollo y el 1 % tiene un muy buen desarrollo de estas habilidades, de acuerdo con la Tabla 3 y reforzada por el grafico de barras (ver Figura 2).

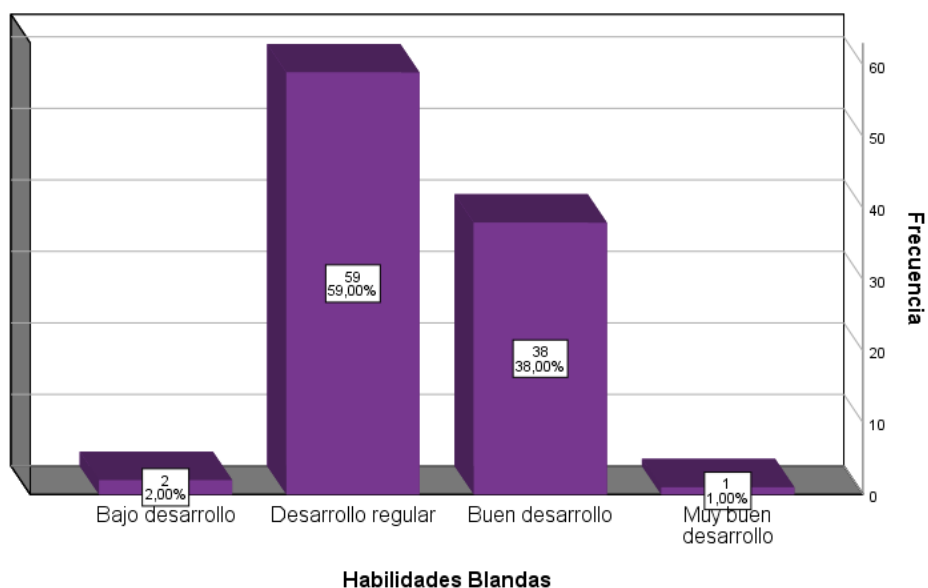
**Tabla 3**

*Resultados descriptivos de habilidades blandas*

	F	%	% válido	% acumulado
Válido				
Bajo desarrollo	2	2,0	2,0	2,0
Desarrollo regular	59	59,0	59,0	61,0
Buen desarrollo	38	38,0	38,0	99,0
Muy buen desarrollo	1	1,0	1,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

**Figura 2**

*Gráfico de resultados de la variable habilidades blandas*



De igual manera, los resultados de la dimensión habilidades de adaptación indican que el 19 % de estudiantes encuestados tiene un bajo desarrollo de estas habilidades, el 57% tiene un desarrollo regular, el 22 % tiene un buen desarrollo y el 2% tiene un muy buen desarrollo con respecto a la adaptación.

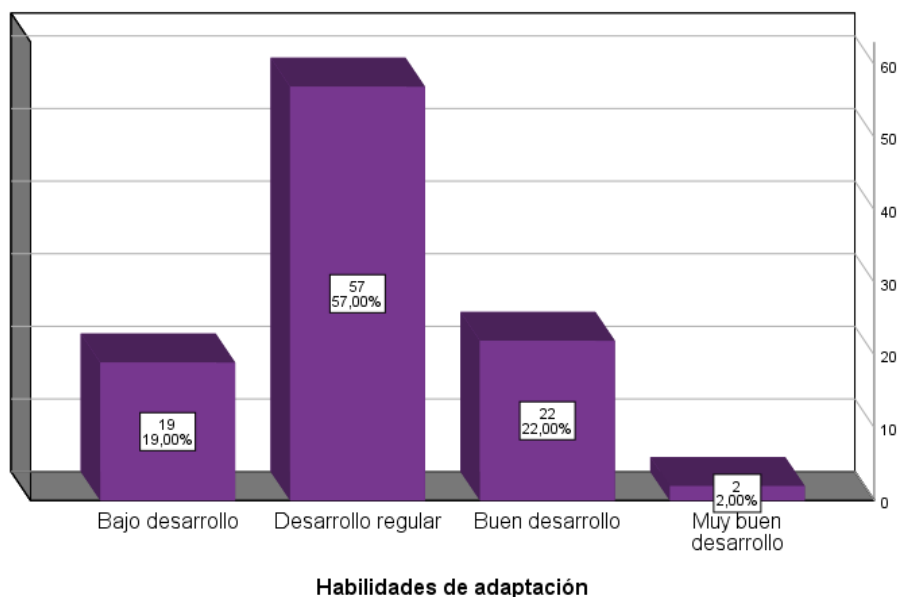
**Tabla 4**

*Resultados descriptivos de habilidades de adaptación*

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo desarrollo	19	19,0	19,0	19,0
	Desarrollo regular	57	57,0	57,0	76,0
	Buen desarrollo	22	22,0	22,0	98,0
	Muy buen desarrollo	2	2,0	2,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Figura 3**

*Gráfico de resultados de la dimensión habilidades de adaptación*



Los resultados de la dimensión habilidades de gestión señalan que el 1 % de los encuestados tiene un muy bajo desarrollo de esta habilidad, el 3 % tiene un bajo desarrollo, el 28 % tiene un desarrollo regular, el 52 % presenta un buen desarrollo y el 16 % manifiesta tener un muy buen desarrollo de las habilidades de gestión.

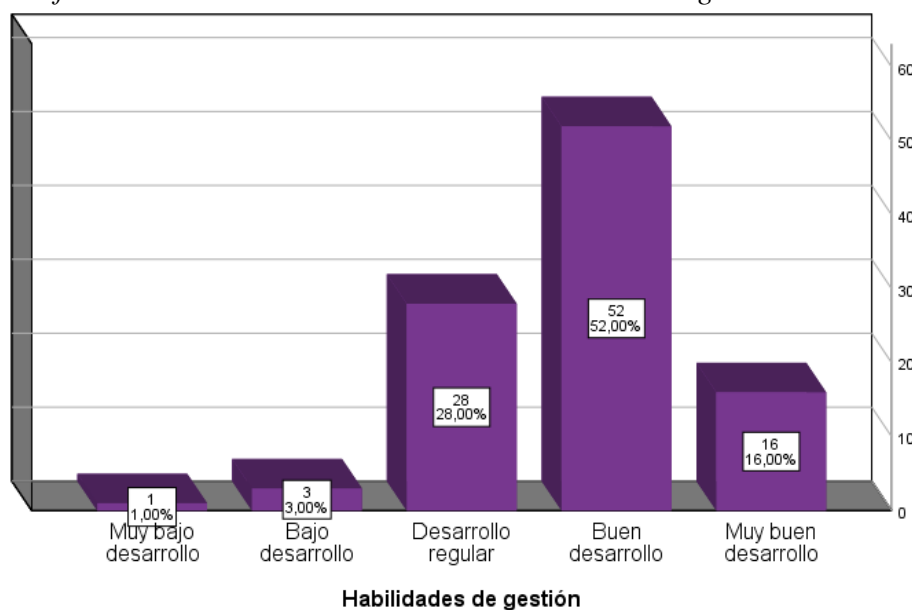
**Tabla 5**

*Resultados descriptivos de habilidades de gestión*

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Muy bajo desarrollo	1	1,0	1,0	1,0
	Bajo desarrollo	3	3,0	3,0	4,0
	Desarrollo regular	28	28,0	28,0	32,0
	Buen desarrollo	52	52,0	52,0	84,0
	Muy buen desarrollo	16	16,0	16,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Figura 4**

*Gráfico de resultados de la dimensión habilidades de gestión*



Con respecto a los resultados de la dimensión habilidades interpersonales, se puede observar que el 7 % de participantes de la encuesta indica tener un bajo desarrollo de estas habilidades, el 39 % tiene un desarrollo regular, el 44 % tiene un buen desarrollo y el 10 % de estudiantes tienen muy bien desarrolladas estas habilidades.

**Tabla 6**

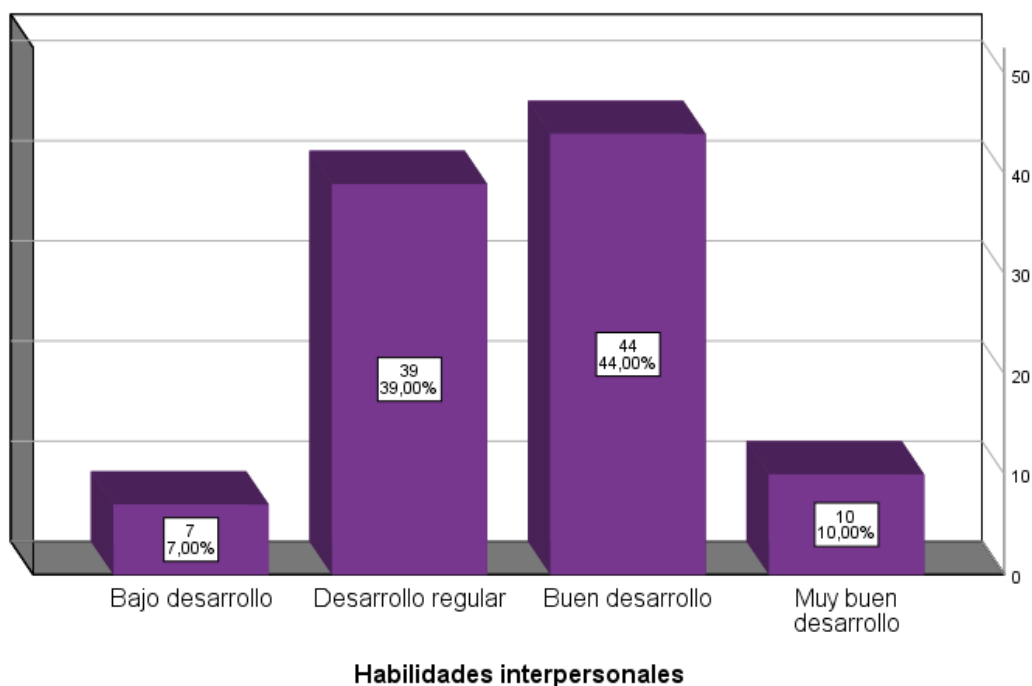
*Resultados descriptivos de habilidades interpersonales*

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo desarrollo	7	7,0	7,0	7,0
	Desarrollo regular	39	39,0	39,0	46,0
	Buen desarrollo	44	44,0	44,0	90,0
	Muy buen desarrollo	10	10,0	10,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	



**Figura 5**

*Gráfico de resultados de la dimensión habilidades interpersonales*



Los resultados de la dimensión habilidades de comunicación indican que el 15% de encuestados tiene un bajo desarrollo de estas habilidades, el 45 % tiene un desarrollo regular, el 36 % tiene un buen desarrollo y el 4 % tiene un muy buen desarrollo de las habilidades de comunicación.

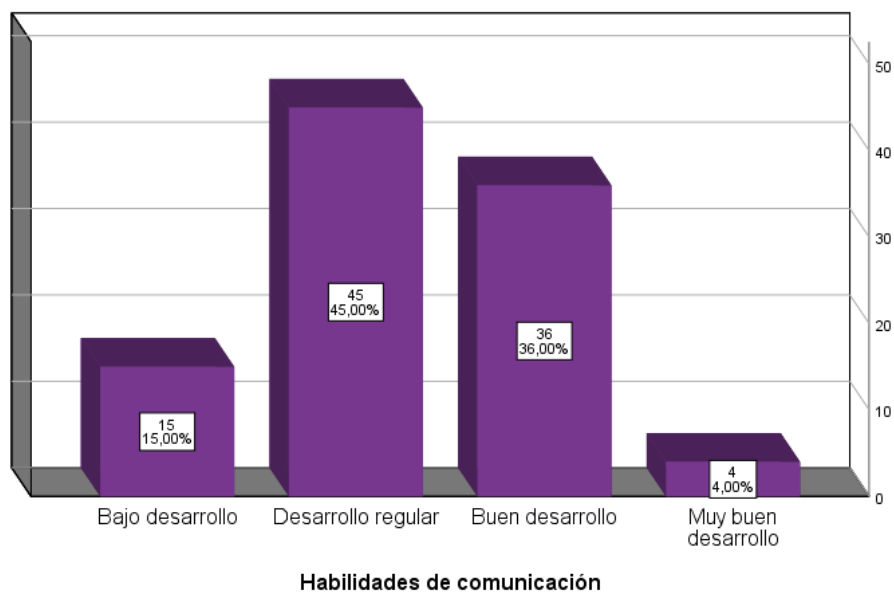
**Tabla 7**

*Resultados descriptivos de habilidades de comunicación*

	F	%	% válido	% acumulado
Válido				
Bajo desarrollo	15	15,0	15,0	15,0
Desarrollo regular	45	45,0	45,0	60,0
Buen desarrollo	36	36,0	36,0	96,0
Muy buen desarrollo	4	4,0	4,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

**Figura 6**

*Gráfico de resultados de la dimensión habilidades de comunicación*



### **Análisis de frecuencia de la variable ansiedad**

En referencia a la variable ansiedad, los resultados señalan que el 33 % de los estudiantes encuestados tiene un bajo nivel de ansiedad, el 61 % tiene un nivel moderado, el 5 % un alto nivel y el 1 % un muy alto nivel de ansiedad.

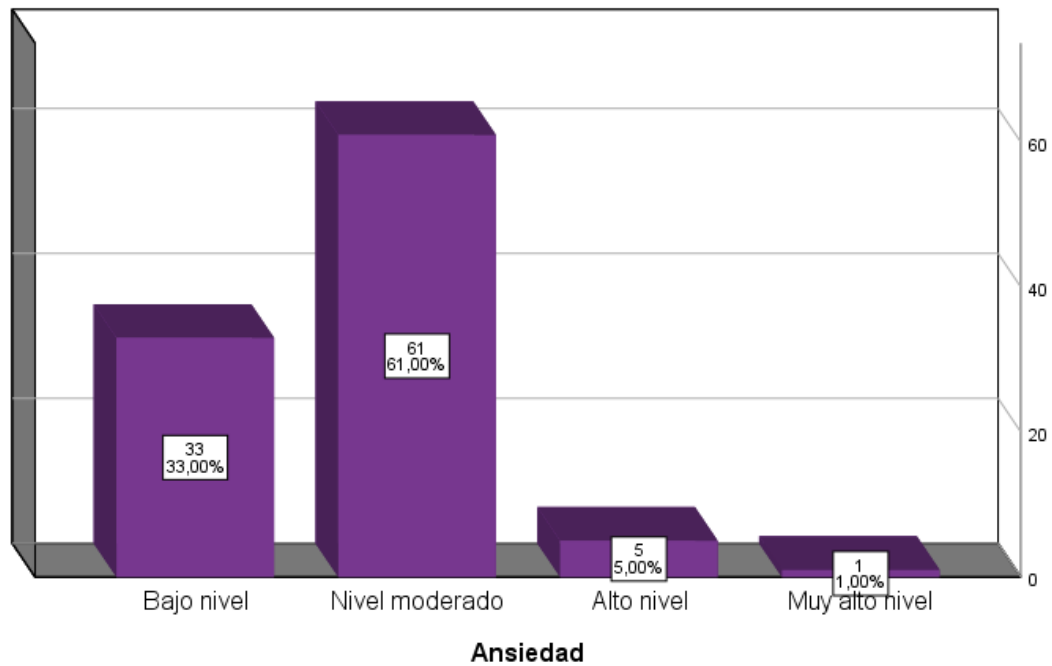
**Tabla 8**

*Resultados descriptivos de ansiedad*

	F	%	% válido	% acumulado
Válido				
Bajo nivel	33	33,0	33,0	33,0
Nivel moderado	61	61,0	61,0	94,0
Alto nivel	5	5,0	5,0	99,0
Muy alto nivel	1	1,0	1,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

**Figura 7**

*Gráfico de resultados de la variable ansiedad*



Los resultados de la dimensión ansiedad estado demuestran que el 2 % de estudiantes tiene un nivel muy bajo de ansiedad estado, el 55 % tiene un nivel bajo, el 40 % tiene un nivel moderado y un 3 % tiene un nivel alto de este tipo de ansiedad.

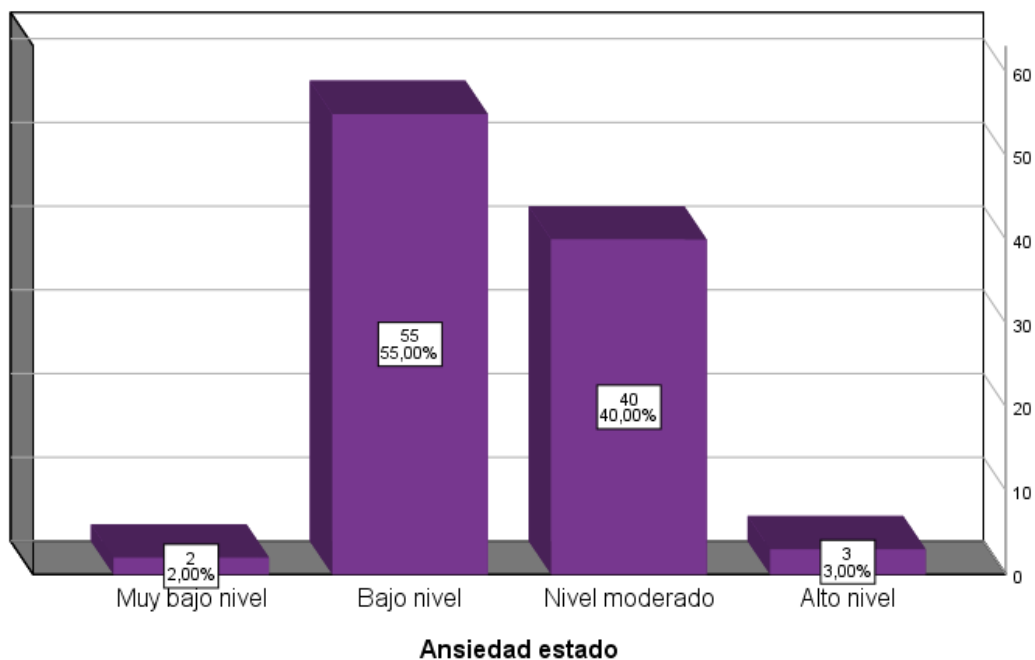
**Tabla 9**

*Resultados descriptivos de ansiedad estado*

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Muy bajo nivel	2	2,0	2,0	2,0
	Bajo nivel	55	55,0	55,0	57,0
	Nivel moderado	40	40,0	40,0	97,0
	Alto nivel	3	3,0	3,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Figura 8**

*Gráfico de resultados de la dimensión ansiedad estado*



Lo resultados de la dimensión ansiedad rasgo (ver Tabla 10 y Figura 9) precisan que el 27 % de encuestados tiene un bajo nivel, el 59 % tiene un nivel moderado, el 12% tiene un alto nivel y un 2 % de estudiantes presenta un muy alto nivel de ansiedad rasgo.

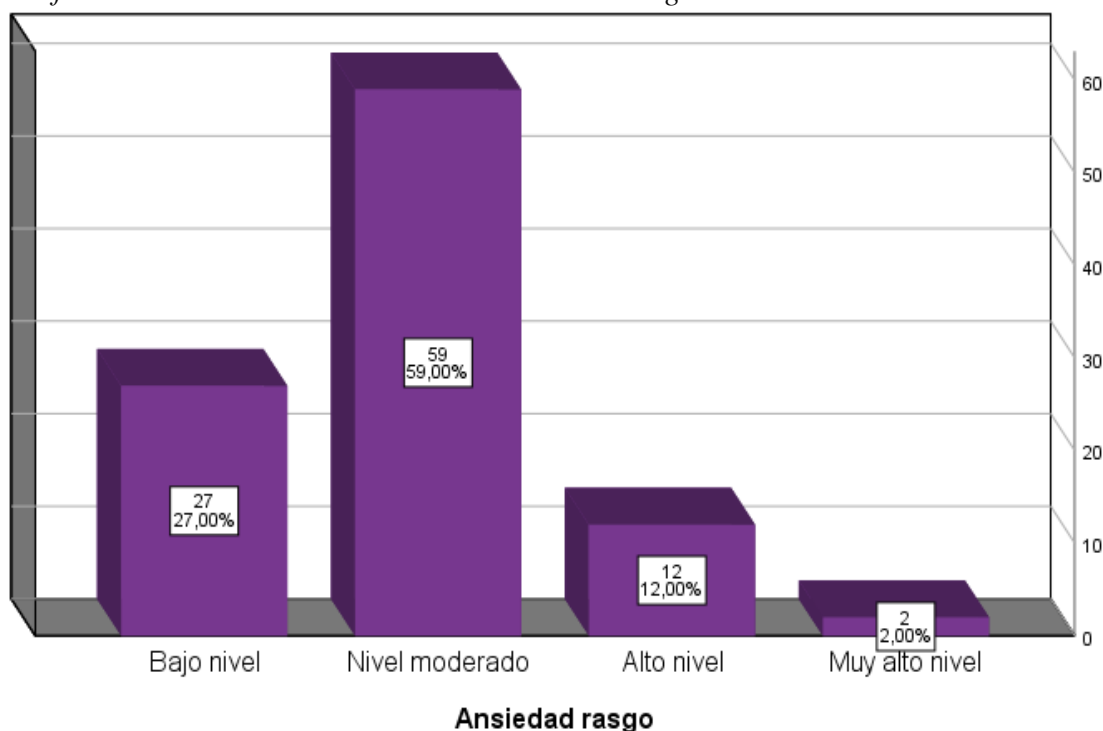
**Tabla 10**

*Resultados descriptivos de ansiedad rasgo*

		F	%	% válido	% acumulado
Válido	Bajo nivel	27	27,0	27,0	27,0
	Nivel moderado	59	59,0	59,0	86,0
	Alto nivel	12	12,0	12,0	98,0
	Muy alto nivel	2	2,0	2,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

**Figura 9**

*Gráfico de resultados de la dimensión ansiedad rasgo*



#### **4.1.2. Resultados inferenciales**

Los resultados inferenciales corresponden a la evaluación de la hipótesis planteada en capítulos anteriores. En tal sentido, se someterá a una prueba de hipótesis para determinar si lo planteado es pertinente o no lo es, de acuerdo con las respuestas realizadas por los estudiantes encuestados. Para este propósito, en primer lugar, se hizo la prueba de normalidad para seleccionar el estadígrafo para realizar la prueba de correlación, tal como se muestra a continuación.

#### **Prueba de normalidad**

La prueba de normalidad permite determinar si se trabajará con una prueba paramétrica (R de Pearson) o no paramétrica (rho de Spearman). Para determinar si los datos tienen una distribución normal, primero se plantearon la  $H_0$ : la data posee distribución normal y  $H_a$ : la data no posee distribución normal, con una regla de decisión que indica que si  $p < 0,05$  se rechaza  $H_0$  y  $p > 0,05$  no se rechaza  $H_0$ .

En tal sentido, la prueba de normalidad se realizó mediante Kolmogorov-Smirnov, dado que la muestra es de 100 participantes, que se considera una muestra grande. Puesto que el p valor (0.000) es menor que el nivel de significancia (0,05), se rechaza la  $H_0$ , aceptando la  $H_a$ , la cual indica que los datos no tienen una distribución normal; por ende, se debe aplicar una prueba no paramétrica para el contraste de la hipótesis.

**Tabla 11**  
*Pruebas de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades blandas	,367	100	,000
Ansiedad	,339	100	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

### **Hipótesis general**

Puesto que se determinó no hay una distribución normal se utilizó la prueba de rho de Spearman para determinar el coeficiente de correlación y contrastar las hipótesis planteadas.

**$H_a$ :** Existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**$H_0$ :** No existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Estadístico de prueba:** Rho de Spearman.

**Nivel de significancia:** 5 % = 0.05 ( $\alpha$ ).

**Criterio de decisión:**

Si  $p < \alpha$  no se acepta  $H_0$ .

Si  $p > \alpha$  se acepta  $H_0$ .

**Decisión estadística**

Puesto que el p valor (0.214) es mayor que el valor alfa o nivel de significancia (0.05), se acepta Ho: No existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022. Es decir, no existe relación estadística entre ambas variables.

**Tabla 12**  
*Correlación entre variables habilidades blandas y ansiedad*

		Habilidades blandas		Ansiedad
Rho de Spearman	Habilidades blandas	Coef. de corr.	1,000	,125
		Sig. Bil.	.	,214
		N	100	100
	Ansiedad	Coef. de corr.	,125	1,000
		Sig. Bil.	,214	.
		N	100	100

### **Hipótesis específica 1**

**Ha:** Existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Ho:** No existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Estadístico de prueba:** Rho de Spearman.

**Nivel de significancia:** 5 % = 0.05 ( $\alpha$ ).

**Criterio de decisión:**

Si  $p < \alpha$  no se acepta Ho.

Si  $p > \alpha$  se acepta Ho.

### **Decisión estadística**

Puesto que el p valor (0.688) es mayor que el valor alfa o nivel de significancia (0.05), se acepta Ho: No existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022. Es decir, no existe relación estadística entre ambas variables.

**Tabla 13***Correlación entre la variable ansiedad y habilidades de adaptación*

			Ansiedad	Habilidades de adaptación
Rho de Spearman	Ansiedad	Coef. de corr.	1,000	-,041
		Sig. Bil.	.	,688
		N	100	100
	Habilidades de adaptación	Coef. de corr.	-,041	1,000
		Sig. Bil.	,688	.
		N	100	100

**Hipótesis específica 2**

**Ha:** Existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Ho:** No existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Estadístico de prueba:** Rho de Spearman.

**Nivel de significancia:** 5 % = 0.05 ( $\alpha$ ).

**Criterio de decisión:**

Si  $p < \alpha$  no se acepta Ho.

Si  $p > \alpha$  se acepta Ho.

**Decisión estadística**

Puesto que el p valor (0.855) es mayor que el valor alfa o nivel de significancia (0.05), se acepta Ho: No existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022. Es decir, no existe relación estadística entre ambas variables.

**Tabla 14***Correlación entre ansiedad y habilidades de gestión*

			Ansiedad	Habilidades de gestión
Rho de Spearman	Ansiedad	Coef. de corr.	1,000	,018



	Sig. Bil.	.	,855
	N	100	100
Habilidades de gestión	Coef. de corr.	,018	1,000
	Sig. Bil.	,855	.
	N	100	100

### Hipótesis específica 3

**Ha:** Existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Ho:** No existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Estadístico de prueba:** Rho de Spearman.

**Nivel de significancia:** 5 % = 0.05 ( $\alpha$ ).

#### Criterio de decisión:

Si  $p < \alpha$  no se acepta Ho.

Si  $p > \alpha$  se acepta Ho.

#### Decisión estadística

Puesto que el p valor (0.248) es mayor que el valor alfa o nivel de significancia (0.05), se acepta Ho: No existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022. Es decir, no existe relación estadística entre ambas variables.

**Tabla 15**

*Correlación entre ansiedad y habilidades interpersonales*

*Correlaciones*

			Ansiedad	Habilidades interpersonales
Rho de Spearman	Ansiedad	Coef. de corr.	1,000	,117
		Sig. Bil.	.	,248
		N	100	100
	Habilidades interpersonales	Coef. de corr.	,117	1,000
		Sig. Bil.	,248	.
		N	100	100

### Hipótesis específica 4

**Ha:** Existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Ho:** no existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.

**Estadístico de prueba:** Rho de Spearman.

**Nivel de significancia:** 5 % = 0.05 ( $\alpha$ ).

**Criterio de decisión:**

Si  $p < \alpha$  se rechaza Ho.

Si  $p > \alpha$  se acepta Ho.

**Decisión estadística**

Puesto que el p valor (0.009) es menor que el valor alfa o nivel de significancia (0.05), se acepta Ha: Existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022. Es decir, existe relación estadística entre ambas variables.

**Tabla 16**

*Correlación entre ansiedad y habilidades de comunicación*

			Ansiedad	Habilidades de comunicación
Rho de Spearman	Ansiedad	Coef. de corr.	1,000	,259**
		Sig. Bil.	.	,009
		N	100	100
	Habilidades de comunicación	Coef. de corr.	,259**	1,000
		Sig. Bil.	,009	.
		N	100	100

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

### 4.1.3. Discusión

Para la discusión se ha contemplado analizar los resultados descriptivos e inferenciales de ambas variables. Posteriormente, se han contrastado los resultados encontrados por los trabajos previamente realizados o antecedentes.

Entre los principales hallazgos se ha encontrado que el 59 % de estudiantes de la academia preuniversitaria tienen un desarrollo regular de sus habilidades blandas. Esto indica que la mayoría de estudiantes tiene un desarrollo medio de estas habilidades, junto al 38 %, que tiene un buen desarrollo. Se podría afirmar que aún falta lograr que estas habilidades se desarrollen de manera buena en los estudiantes para así posteriormente optimizarlos, puesto que, de acuerdo con la teoría, esto les permitiría desenvolverse en la sociedad y en el campo laboral.

Las dimensiones de esta variable tienen un panorama similar; por ejemplo, en el caso de las habilidades de adaptación, el 19 % de estudiantes encuestados tiene un bajo desarrollo de estas habilidades, el 57 tiene un desarrollo regular y el 22 % tiene un buen desarrollo.

En el caso de las habilidades de gestión, existe un estudiante con un muy bajo desarrollo de esta habilidad y un 3 % que tiene un bajo desarrollo, además del 52 % que posee un buen desarrollo y el 16 % manifiesta tener un muy buen desarrollo. Esta habilidad tiene resultados muy dispersos, y la mayoría de estudiantes tiene un buen desarrollo, lo cual representa un buen indicador frente a los resultados generales, y evidencia que los estudiantes son capaces de realizar un buen trabajo en equipo, toma de decisiones y ser buenos líderes.

Por otro lado, las habilidades interpersonales presentan resultados entre regular y bueno, siendo que un 44% es bueno y 39 % tiene un desarrollo regular, lo cual demuestra que también es necesario que el resto de estudiantes pueda desarrollar estas habilidades. Junto a las habilidades de comunicación, la mayoría de dimensiones de la variable habilidades blandas indican que los estudiantes encuestados tienen entre un desarrollo regular y bueno de estas habilidades, es decir, las cosas no van mal, pero es

necesario reforzar estas habilidades, puesto que ya se ha mencionado su importancia y trascendencia.

Con respecto a la ansiedad, se ha encontrado que el 61 % de estudiantes de la academia preuniversitaria tiene un nivel moderado. Se podría decir que es un buen indicador; sin embargo, la realidad es que los jóvenes o en general todas las personas deberían tener índices mínimos o nulos de ansiedad. La presencia moderada de este trastorno indica que los estudiantes padecen de ansiedad, aunque solo sea en niveles bajos y moderados.

Si se compara la ansiedad estado con la ansiedad rasgo, se ha demostrado que los estudiantes encuestados muestran mejores indicadores en el primer tipo de ansiedad, puesto que el 55 % tiene un nivel bajo y no existe presencia en el nivel alto. En contraste con la ansiedad rasgo, donde los estudiantes en un 59 % tienen un nivel moderado, 12% un nivel alto y un 2 % presentan muy alta presencia de ansiedad rasgo; un fenómeno preocupante, sobre todo, porque estos estudiantes se vienen preparando para postular a una universidad, y este aspecto de tener niveles altos de ansiedad podría dificultar su ingreso a un centro de educación superior.

Con respecto a las hipótesis planteadas, se rechazan todas las hipótesis planteadas inicialmente, a excepción de la última hipótesis. Este descubrimiento demuestra que las habilidades blandas no guardan relación estadísticamente significativa con la ansiedad, es decir, las personas, o en este caso los estudiantes, pueden tener un desarrollo alto o bueno de las habilidades blandas, pero eso no asegura que no tengan ciertos niveles de ansiedad en sus dos formas; la presencia de la ansiedad es independiente de factores como ser buen líder, trabajar de forma adecuada en equipo, ser creativo o flexible. Incluso si un estudiante es empático, no quiere decir que no sea propenso a sentirse ansioso.

Por otro lado, puesto que se demostró la existencia de relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad, es factible afirmar que un aspecto que evitaría o reduciría los niveles de ansiedad en los estudiantes es desarrollar y aplicar de forma efectiva sus habilidades de comunicación, ya sea escrita u oral.

Los resultados encontrados también se han contrastado con los antecedentes; en tal sentido, autores como Martínez y Martínez (2020) demostraron que existen tres habilidades blandas: comunicación segura, honestidad ética y empatía; estas se relacionan de manera inversa con la ansiedad. Esto reafirma la idea de que la comunicación favorece la reducción de los niveles de ansiedad.

Por su parte, Oyarzo y Piffaut (2019) afirmaron que las habilidades blandas no se evalúan explícitamente y que el desarrollo de las habilidades cognitivas es más valioso que las habilidades blandas, pues complementa la idea de que las instituciones educativas están prestando poca atención a otros aspectos distintos de lo académico, postura que debe ir cambiando paulatinamente.

Por otro lado, Parra (2018) demostró que la ansiedad sí tiene una relación importante con las habilidades sociales; cuando una persona tiene fobias, miedos, taquicardia, manos sudorosas, no puede relacionarse con los demás porque muchas veces tiene ataques de pánico que no le permiten hablar. En cierto modo, este resultado se contraponen a los resultados encontrados a esta investigación; sin embargo, hay que entender que tanto las habilidades sociales como las habilidades blandas tienen un listado de habilidades que sirven para el relacionamiento interpersonal, que pueden o no tener relación con la ansiedad. Esto dependerá de la habilidad que se esté evaluando.

Por su parte, Barrios (2017) señaló que los factores relacionados con una mayor ansiedad tanto en hombres como en mujeres se asociaron con las sanciones y el fracaso escolar. Además, García (2017) aseveró que hay relación inversa entre la ansiedad y

rendimiento académico de estudiantes, pues son dos perspectivas que tienen que ver con el aspecto académico, y afirmó que la ansiedad puede afectar el desarrollo intelectual. En tal sentido, se debe prestar particular atención a los niveles de ansiedad de los estudiantes, un aspecto que es reforzado por los hallazgos de Alberto (2020) y Cornejo y García (2020).

Por otro lado, De la Cruz (2020) encontró que las relaciones interpersonales se vinculan significativamente con las habilidades blandas. Y Mamani (2017) demostró que hay relación entre la procrastinación académica y los rasgos de ansiedad, lo cual complementa los resultados encontrados, puesto que logró asociar la ansiedad con otros factores.

Además, Villarrubia (2019) demostró que existe relación entre las distorsiones cognitivas y la ansiedad. Córdova (2018) encontró que la ansiedad y el rendimiento académico se relacionan de forma significativa. En ambos casos, factores como las distorsiones cognitivas y el rendimiento académico sí se relacionan con la ansiedad.

Finalmente, es pertinente mencionar que existen algunas limitaciones, como la escasa producción de investigaciones sobre las habilidades blandas. También se puede mencionar que existen fortalezas dentro de esta investigación, como el diseño que permitió encaminar los pasos para encontrar los hallazgos realizados.

## CONCLUSIONES

1. Luego de la prueba de hipótesis se concluyó que no existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, puesto que  $p$  valor (0.214)  $>$  nivel de significancia (0.05).
2. Después de la prueba de hipótesis se concluye que no existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, puesto que  $p$  valor (0.688)  $>$  nivel de significancia (0.05).
3. Luego de la prueba de hipótesis se concluyó que no existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, puesto que  $p$  valor (0.855)  $>$  nivel de significancia (0.05).
4. Después de aplicar la prueba de hipótesis se concluyó que no existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, puesto que  $p$  valor (0.248)  $>$  nivel de significancia (0.05).
5. Luego de aplicar la prueba de hipótesis se concluyó que sí existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, puesto que  $p$  valor (0.009)  $<$  nivel de significancia (0.05).

## **RECOMENDACIONES**

1. Se recomienda evaluar periódicamente aspectos como el desarrollo de las habilidades blandas y la ansiedad de las personas a nivel general, haciendo hincapié en los estudiantes y personas que trabajan, puesto que esto permitirá tener un mapeo de cómo se desarrollan estos aspectos. Para ello se deben utilizar los cuestionarios de habilidades blandas y de ansiedad.
2. Se recomienda desarrollar acciones que mejoren las habilidades blandas y las habilidades sociales en general; darles tanta prioridad como se le da al aspecto académico. Para lograr la formación de las habilidades blandas en estudiantes, se debe revisar, prioritariamente, los contenidos de los cursos que impliquen la formación de tales habilidades.
3. Se recomienda desarrollar investigaciones que permitan determinar los factores que se asocian a la ansiedad, con el fin de encontrar aspectos que permitan controlarla, puesto que se requiere conocer sus causas. Esto se podrá realizar mediante el cuestionario de ansiedad.
4. Se recomienda promover la comunicación a todo nivel, como medida frente a la reducción de los niveles de ansiedad, porque la comunicación es una herramienta clave para conocer los problemas que suelen tener las personas. Para ello es necesario realizar talleres de interacción interpersonal.
5. Se recomienda identificar los casos de niveles altos de ansiedad y buscar los mecanismos de tratar esos casos, puesto que hay indicadores que evidencian la existencia de casos de ansiedad graves; para ello, se debe recurrir al tratamiento psicológico por los profesionales pertinentes.



## REFERENCIAS

- Alberto, Y. (2020). *Ansiedad y nivel de aprendizaje en los estudiantes de la escuela profesional de estadística e informática - Huacho* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Repositorio institucional. <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/20.500.14067/5515>
- Alles, M. (2004). *Diccionario de comportamientos*. Tomo II. Buenos Aires: Ediciones Granica.  
[https://www.academia.edu/33469419/Diccionarios\\_de\\_comportamientos\\_1\\_a\\_trilogia\\_Tomo\\_II\\_Martha\\_Alles](https://www.academia.edu/33469419/Diccionarios_de_comportamientos_1_a_trilogia_Tomo_II_Martha_Alles)
- Álvarez, J., Chaparro, E., Reyes, D. (2014). Estudio de la satisfacción de los estudiantes con los servicios educativos brindados por instituciones de educación superior del Valle de Toluca. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 13(2), 5-26.  
<https://revistas.uam.es/index.php/reice/article/view/2788>
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV)* (4a ed.). Washington, DC: Autor.
- Anticona, E. & Maldonado, M. (2017). *Ansiedad y depresión en el personal de salud del Hospital Daniel Alcides Carrión, Huancayo – 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio institucional.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12894/1546>
- Barrios, M. (2017). *Ansiedad escolar en adolescentes de secundaria* [Tesis de maestría, Universidad Andina Simón Bolívar]. Repositorio institucional.  
<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/811>
- Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Beck, A., & Clark, D. (1997). An information processing model of anxiety: automatic and strategic processes. *Behaviour Research and Therapy*, 35(1), 49-58. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(96\)00069-1](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00069-1)
- Bermúdez, J. (1986). *Psicología de la personalidad*. Madrid: UNED.

- Bong, M. (2001). Role of self-efficacy and task-value in predicting college students course performance and future enrollment intentions. *Contemporary Educational Psychology*, 26(4), 553-570. <https://doi.org/10.1006/ceps.2000.1048>.
- Bowers, K. (1973). Situationism in psychology: an analysis and critique. *Psychological Review*, 80(5), 307-336. <https://doi.org/10.1037/h0035592>
- Bunge, M. (2000). *La investigación científica: su estrategia y su filosofía*. México: Siglo XXI.
- Campbell, S. (1986). Developmental issues in childhood anxiety. En R. Gittelman (Ed.), *Anxiety disorders of childhood* (pp. 24-57). New York: Guilford Press.
- Cano, A. & Miguel, J. (2001). Emoción y salud. *Ansiedad y estrés*, 7(2-3), 111-121. <https://www.researchgate.net/publication/230577062>
- Capcha, D. & Rodríguez, G. (2020). *Habilidades blandas e inserción laboral en egresados de la carrera profesional de Administración de Negocios FACAP - Tarma periodo 2016 - 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio institucional. <http://hdl.handle.net/20.500.12894/6038>
- Catagua, G., & Escobar, G. (marzo de 2021). Ansiedad en adolescentes durante el confinamiento (Covid 19) del barrio Santa Clara - cantón Manta - 202. *Polo del Conocimiento*, 6(3), 2094-2110. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7926846>
- Cazares, M. (2007). Desarrollo socioemocional y comunicación asertiva en los adolescentes [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional. <http://132.248.9.195/pd2007/0619674/0619674.pdf>
- Contreras, F., Espinosa, J., Esguerra, G., Haikal, A., Polanía, A., & Rodríguez, A. (2005). Autoeficacia, ansiedad y rendimiento académico en adolescentes. *Diversitas*, 1(2), 183-194. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2005.0002.06>
- Córdova, M. (2018). *Ansiedad y rendimiento académico del idioma inglés en la Institución Educativa Emblemática 06 de agosto, Junín* [Tesis de maestría,

- Universidad Nacional del Centro del Perú]. Repositorio institucional.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12894/6495>
- Cornejo, A. & García, F. (2020). *Habilidades blandas y estrés académico en estudiantes de una universidad privada de Arequipa 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica San Pablo]. Repositorio institucional.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12590/16399>
- De la Cruz, V. (2020). *Habilidades blandas en las relaciones interpersonales en docentes de la Institución Educativa Karol Wojtyla, San Juan de Lurigancho - 2019* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/40311>
- Eisner, S. (2010). Grave new world? Workplace skills for todays college graduates. *American Journal of Business Education (AJBE)*, 3(9), 27-50.  
<https://doi.org/10.19030/ajbe.v3i9.478>
- Endler, N. (1973). The person versus the situation a pseudo issue? A response to others. *Journal of Personality*, 41(2), 287-303. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1973.tb00095.x>
- Endler, N. & Magnusson, D. (1976). *Interaccional psychology and personality*. Washington, DC: Hemisphere Publishing.
- Endler, N., Magnusson, D., Ekehammar, B. & Okada, M. (1976). The multidimensionality of state and trait anxiety. *Scandinavian Journal of Psychology*, 17(1), 81-93. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-9450.1976.tb00215.x>
- Endler, N. & Okada, M. (1975). A multidimensional measure of trait anxiety: The S-R inventory of general trait anxiousness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(3), 319-129. <https://doi.org/10.1037/h0076643>
- Espinoza M., & Gallegos, D. (2020). Habilidades blandas en la educación y la empresa: mapeo sistemático. *UISRAEL*, 7(2), 41-58.  
<https://doi.org/10.35290/rcui.v7n2.2020.245>.
- Fiszbein, A., Cosentino, C., & Cumsille, B. (2016). *El desafío del desarrollo de habilidades en América Latina: un diagnóstico de los problemas y soluciones*

- de política pública*. Washington: Diálogo Interamericano, Mathematica Policy Research, CAF. <https://scioteca.caf.com/handle/123456789/1031>
- Franks, C. (1969). *Behavior therapy: Appraisal and status*. New York: McGraw-Hill.
- Freud, S. (1971). *Introducción al psicoanálisis*. Madrid: Alianza.
- García, F. (2017). *Ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de 7 a 15 años de la Unidad Educativa Navarra del sur de Quito, durante junio y julio del 2017* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio institucional. <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/14185>
- Gairín, J. (1990). *Las actitudes en educación: un estudio sobre la educación matemática*. Barcelona: Boixareu Universitaria.
- Giraldo, K. (s.f.). Flexibilidad - Valor personal. *Mentalidad sin Límites*. <https://www.katgegiraldo.com/flexibilidad/>
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- González, M. & Tourón, J. (1992). *Autoconcepto y rendimiento escolar: sus implicaciones en la motivación y en la autorregulación del aprendizaje*. Pamplona: Ediciones de la Universidad de Navarra.
- Staffing América Latina. (5 de octubre de 2016). Perú desarrollará habilidades blandas para mejorar empleabilidad. <https://staffingamericalatina.com/peru-desarrollara-habilidades-blandas-para-mejorar-empleabilidad/>
- Hernández, A., Ramos, M., Placencia, B., Indacochea, B., Quimis, A., & Moreno, L. (2018). *Metodología de la investigación científica*. Alcoy, Alicante (España): Área de Innovación y Desarrollo. <http://dx.doi.org/10.17993/CcyLI.2018.15>
- Hernández-Nieto, R. (2011). *Instrumentos de recolección de datos en ciencias sociales y ciencias biomédicas*. Venezuela: Universidad de Los Andes.
- Huacan, E. (2020). *Habilidades sociales y ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/2123>
- Huayna, W. (2019). *Análisis de las habilidades blandas de los alumnos de la Escuela Profesional de Gestión de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa*

2019 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa].  
Repositorio institucional. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10210>

- Huertas, J. (1997). *Motivación: querer aprender*. Buenos Aires: Aique.
- Hull, C. (1952). *A behavior system*. New Haven: Yale University Press.
- Husain, A. & Jack, D. (Eds.). (1985). *Anxiety and the anxiety disorder*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Johnson, S. & Melamed, B. (1979). The assessment and treatment of children's fears. En B. Lahey & A. Kazdin, *Advances in clinical child psychology* (Vol. 2, pp. 108-139). New York: Plenum Press.
- Kolb, L. (1968). *Noyes modern clinical psychiatry* (7a ed.). Philadelphia: Saunders.
- Lang, P. (1968). Fear reduction and fear behavior: problems in treating a construct. In J. Shlien (Ed.), *Research in Psychotherapy* (pp. 90-102). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10546-004>
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lewis, A. (1980). Problems presented by the ambiguous word anxiety as used in psychopathology. En G. D. Burrows y B. Davies (Eds.), *Studies on anxiety* (pp. 1-15). Amsterdam: Elsevier / North-Holland.
- Malmo, R. (1957). Anxiety and behavioural arousal. *Psychological Review*, 64(5), 276-287. <https://doi.org/10.1037/h0043203>
- Mamani, S. (2017). *Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/1042>
- Marks, I. & Lader, M. (1973). Anxiety states (anxiety neurosis): a review. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 156(1), 3-18. <https://doi.org/10.1097/00005053-197301000-00001>

- Martínez, L. & Martínez, R. (2020). *Estudio analítico de las habilidades blandas en educación superior: una propuesta pedagógica para fortalecer el PEP del programa de contaduría pública de la Uniagustiniana* [Tesis de maestría, Universidad La Gran Colombia]. Repositorio institucional. <http://hdl.handle.net/11396/6944>
- Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive-behavior modification: an integrative approach*. New York: Plenum.
- Meléndez, R. (2002). *En educación todos cuentan: estrategias para el trabajo con padres y madres de familia*. Lima: Piedi.
- Mera, D. (2018). *Resiliencia en estudiantes de educación primaria de la I.E. 11504 del C.P Pampa Grande Lambayeque 2015* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29555>
- Moscoso, M. & Oblitas, L. (enero de 1994). Hacia una psicología de la salud en el año 2000: retos y promesas. *Psicología Contemporánea*, 1(1), 7. <https://www.researchgate.net/publication/283500412>
- Mujica, J. (2015). *¿Qué son las habilidades blandas y cómo se aprenden?* [Diapositivas]. PowerPoint. <https://educrea.cl/wp-content/uploads/2016/02/DOC-habilidades-blandas.pdf>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis* (5a ed.). Bogotá: Ediciones de la U.
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE). (2016). *Habilidades para el progreso social: el poder de las habilidades sociales y emocionales*. Instituto de Estadística de la Unesco. <https://www.oecd.org/publications/habilidades-para-el-progreso-social9789264253292-es.htm>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) y Banco de Desarrollo de América Latina (CAF). (2017). *Perspectivas económicas de América Latina 2017: juventud, competencias y emprendimiento*. OECD Publishing. <http://dx.doi.org/10.1787/leo-2017-es>

- Ortega, T. (2016). *Desenredando la conversación sobre habilidades blandas*. Banco de Desarrollo de América Latina. <https://www.thedialogue.org/wp-content/uploads/2016/05/Policy-Brief-Soft-Skills-Spanish-FINAL.pdf>
- Oyarzo, A. & Piffaut, K. (2019). *Estrategias utilizadas por docentes para el desarrollo de habilidades blandas en estudiantes de enseñanza básica* [Tesis de licenciatura, Universidad de Concepción]. Repositorio institucional. <http://repositorio.udec.cl/handle/11594/3626>
- Pajares, F. (2002). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4). <https://doi.org/10.3102/00346543066004543>
- Parra, S. (2018). *Ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes de educación básica de la Unidad Educativa "Once de Noviembre", Riobamba, octubre 2017 - marzo 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio institucional. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/4897/>
- Perego, L. & Miguel, R. (2014). *Innovación e inteligencia estratégica*. Eumed.
- Pintrich, P. & García, T. (1993). Intraindividual differences in students' motivation and self-regulated learning. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 7(3), 99-107. <https://www.researchgate.net/publication/232445042>
- Polaino, A. (1993). Procesos afectivos y aprendizaje: intervención psicopedagógica. En J. Beltrán y cols. (Eds.) *Intervención psicopedagógica* (pp. 108-142). Madrid: Pirámide.
- Rains, D. (2004). *Principios de neuropsicología humana*. México: McGraw-Hill.
- Rivas, F. (1997). *El proceso de enseñanza/aprendizaje en la situación educativa*. Barcelona: Ariel Planeta.
- Roa, M. (1990). *La valoración del sí mismo*. Santiago de Chile: Patris.
- Robles, L. (2012). *Relación entre clima social familiar y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa del Callao* [Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.14005/1255>
- Salas, M. (1996). *¿Cómo preparar exámenes con eficacia?* Madrid: Alianza.



- Sandín, B. & Chorot, P. (1995). Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad. En A. Belloch, B. Sandín y F. Ramos (Eds.), *Manual de psicopatología* (Vol. 2, pp. 53-80). Madrid: McGraw-Hill.
- Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (marzo de 2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-estar e Subjetividade*, 3(1), 10-59.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
- Silas, J. (octubre-diciembre de 2008). ¿Por qué Miriam sí va a la escuela? Resiliencia en la educación básica mexicana. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 13(39), 1255-1279.  
<http://www.scielo.org.mx/pdf/rmie/v13n39/v13n39a10.pdf>
- Singer, M., Guzmán, R., & Donoso, P. (2009). *Entrenando competencias blandas en jóvenes* [Proyecto 1080292, Pontificia Universidad Católica de Chile].  
[http://www.inacap.cl/tportal/portales/tp90b5f9d07o144/uploadImg/File/PDF/Entrenando Competencias Blandas en Jovenes.pdf](http://www.inacap.cl/tportal/portales/tp90b5f9d07o144/uploadImg/File/PDF/Entrenando%20Competencias%20Blandas%20en%20Jovenes.pdf)
- Spielberger, C. (1966). The effects of anxiety on complex learning and academic achievement. En C. Spielberger (Ed.), *Anxiety and behaviour* (pp. 361-398). New York: Academic Press.
- Spielberger, C. (1979). *Tensión y ansiedad*. México: Harla.
- Spielberger, C., Krasner, S. & Solomon, E. (1988). The experience, expression, and control of anger. En M. Janisse (Ed.), *Health psychology: individual differences and stress* (pp. 89-108). New York: Springer Verlag.
- Spielberger, C., Pollans, C. & Wordan, T. (1984). Anxiety disorders. En S. Turner & M. Hersen (Eds.), *Adult psychopathology and diagnosis* (pp. 263-303). New York: John Wiley and Sons.
- Spielberger, D. (1966). *Theory and research on anxiety*. New York. Academic Press.
- Spielberger, D., Gorsuch, R. & Lushene, R. (1982). *State Trait Anxiety Inventory: STAIC*. Palo Alto (Estados Unidos): TEA.
- Sue, D. (1996). *Comportamiento anormal*. México, D.F: McGraw-Hill.
- Tapia, L. (2018). *Las habilidades blandas y la convivencia escolar de los estudiantes de la Institución Educativa 2051 El Progreso-Carabayllo 2018* [Tesis de



maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/23844>

Tobeña, A. (1997). *El estrés dañino*. Madrid: Aguilar.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Unesco). (2015).  
Unesco and Sustainable Development Goals. *Unesco*.  
<http://en.unesco.org/sdgs>

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Unesco). (15 de  
abril de 2021). Building resilient education systems in the Covid-19 era.  
*Unesco*. <https://www.unesco.org/en/articles/building-resilient-education-systems-covid-19-era>

Valdés, M. & Flores, T. (1990). *Psicobiología del estrés* (2a ed.). Barcelona: Martínez  
Roca.

Vela, P. (2017). *Estrategias didácticas para mejorar el aprendizaje cooperativo en los  
estudiantes del I ciclo de la Facultad de Educación y Humanidades de la  
Universidad Nacional de San Martín, provincia de Rioja, región San Martín,  
2016* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12893/5826>

Veliz, A. (2021). *Aprendizaje basado en proyectos y desarrollo de habilidades  
blandas en estudiantes del primer ciclo de una universidad privada de  
Huancayo* [Tesis de maestría, Universidad Continental]. Repositorio  
institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/9357>

Vila, J. (1984). Técnicas de reducción de ansiedad. En J. Mayor y F. Labrador (Eds.),  
*Manual de modificación de conducta* (pp. 229-264). Madrid: Alhambra.

Vilca, J. (2017). *El método de trabajo en equipo para desarrollar el liderazgo en los  
estudiantes del quinto grado de educación primaria de la I.E. N° 80146  
"Manuel González Prada" del centro poblado de Chuyugal distrito de  
Sanagorán en el año 2014* [Tesis de maestría, Universidad Privada Antenor  
Orrego]. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/3708>

Villarrubia, C. (2019). *Distorsiones cognitivas y ansiedad ante los exámenes en  
estudiantes de la carrera de Psicología en la Universidad Continental, 2017*

[Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio institucional.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12394/5342>

Vizuete, J. (2022). *La ansiedad y su relación con las habilidades sociales en estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio institucional.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/36768>

Wolpe, J. (1958). Neurosis. En W. Arroll, H. Eysenck y R. Meili (Eds.), *Diccionario de psicología* (pp. 404-408). Madrid: Ediciones Rioduero.

Woolfolk, A. (1999). *Psicología educativa*. México: Prentice Hall.

Yarlequé, L. (2011). Aspectos metodológicos de la investigación. En *Investigación educativa*. Huancayo: Programa de Complementación Académica y Licenciatura UNCP.

Zuzama, J. (2014). *Liderazgo: estilos de liderazgo según Kurt Lewin y análisis de un caso real* [Trabajo de grado, Universitat de les Illes Balears]. Repositorio institucional.  
<http://hdl.handle.net/11201/3638>

# **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOJO DE DATOS
<p><b>Problema general:</b> ¿Existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?</p> <p><b>Problemas específicos:</b> ¿Existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?</p> <p>¿Existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?</p> <p>¿Existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?</p> <p>¿Existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022?</p>	<p><b>Objetivo general:</b> Determinar si existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Determinar si existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p>Determinar si existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p>Determinar si existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p>Determinar si existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p>	<p><b>Hipótesis general:</b> Sí existe relación entre las habilidades blandas y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b> Sí existe relación entre las habilidades de adaptación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p>Sí existe relación entre las habilidades de gestión y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p>Sí existe relación entre las habilidades interpersonales y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p> <p>Sí existe relación entre las habilidades de comunicación y la ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022.</p>	<p><b>Variable 1:</b> Habilidades blandas</p> <p><b>Dimensiones:</b> Habilidades de adaptación. Habilidades de gestión. Habilidades interpersonales. Habilidades de comunicación. Habilidades de ética laboral.</p> <p><b>Variable 2:</b> Ansiedad</p> <p><b>Dimensiones:</b> Ansiedad estado Ansiedad rasgo</p>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Básica</p> <p><b>Método general:</b> Método científico</p> <p><b>Nivel de investigación:</b> Descriptivo-correlacional</p> <p><b>Diseño de la investigación:</b> No experimental-transversal, correlacional</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph TD     M --&gt; r     O1 --&gt; r     O2 --&gt; r             </pre> </div>	<p><b>Población:</b> Estudiantes en etapa de preparación preuniversitaria de la provincia de Concepción, 2022.</p> <p><b>Muestra:</b> 100 estudiantes en etapa de preparación preuniversitaria de la provincia de Concepción, 2022.</p>	<p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b> Cuestionario de percepción de las habilidades blandas. Inventario de ansiedad estado-rasgo (STAIC)</p> <p><b>Escala de medición:</b> Escala ordinal tipo Likert.</p> <p><b>Métodos de análisis de datos:</b> <i>La estadística descriptiva:</i> análisis de frecuencia univariado, a través de tablas y gráficos de frecuencia.  <i>La estadística inferencial:</i> prueba no paramétrica del coeficiente de correlación rho de Spearman.</p>

## Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Ítem	Escala de medición
Habilidades blandas	Es el resultado de una combinación de habilidades sociales, de comunicación, de forma de ser, de acercamiento a los demás, entre otras; que forjan a una persona capaz de relacionarse y comunicarse de manera efectiva con otros (Mujica, 2015).	Las habilidades blandas se miden en una escala ordinal a través del cuestionario de habilidades blandas compuesto de 30 ítems y cinco dimensiones. La escala considera los valores de: desarrollado, en proceso de desarrollo y no desarrollado.	Habilidades de adaptación	Flexibilidad Creatividad e innovación Tolerancia al estrés	1 al 6	D: Desarrollado (23-30) ED: En proceso de desarrollo (14- 22) ND: No desarrollado (6-13)  Ordinal
			Habilidades de gestión	Trabajo en equipo Toma de decisiones Liderazgo	7 al 12	
			Habilidades interpersonales	Empatía Balance de vida Cortesía	13 al 18	
			Habilidades de comunicación	Comunicación oral Comunicación escrita Habilidades de negociación	19 al 24	
			Habilidades de ética laboral	Integridad Lealtad Compromiso con la organización	25 al 30	
Ansiedad	Es una reacción emocional que consiste en sentimientos de tensión, aprensión, nerviosismo y preocupación, así mismo como activación o descarga del sistema nervioso autónomo. (Spielberger et al., 1984).	La ansiedad está en función del promedio de los puntajes obtenidos en el Inventario de ansiedad, y está conformado por 40 ítems separados en dos escalas de autoevaluación para medir la ansiedad rasgo y la ansiedad estado (Spielberger et al., 1984).	Ansiedad estado	Tranquilidad Aproblemado Bienestar Desconfort Preocupación Tensión	1 al 20	S: Siempre CS: Casi siempre AV: A veces RV: Raras veces N: Nunca
			Ansiedad rasgo	Bienestar Intranquilidad Cansancio Insatisfacción y Tristeza Indecisión Alivio y pena Medida	21 al 40	

## Anexo 3: Cuestionarios

### Cuestionario de percepción de las habilidades blandas

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Marque con un aspa (x) sobre la letra que consideres como la respuesta adecuada de acuerdo con tu desarrollo de las habilidades blandas mencionadas en la hoja de respuestas.

Nunca = 1, Raras veces = 2, A veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5

N°	Cuestionario de percepción de las habilidades blandas					
Habilidades de adaptación						
1	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado	1	2	3	4	5
2	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas	1	2	3	4	5
3	Pienso en varias soluciones frente a un problema	1	2	3	4	5
4	Pienso en soluciones no antes usadas frente a los problemas	1	2	3	4	5
5	Si estoy nervioso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos	1	2	3	4	5
6	Reclamo agresivamente cuando veo que alguien saca más nota que yo haciendo trampa en el examen	1	2	3	4	5
Habilidades de gestión						
7	Apoyo las ideas de los demás	1	2	3	4	5
8	Comparto alegrías y triunfos con mi equipo de trabajo	1	2	3	4	5
9	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	1	2	3	4	5
10	Se decir “no” cuando es necesario	1	2	3	4	5
11	Logro infundir confianza en mi equipo de trabajo	1	2	3	4	5
12	Motivo a mi equipo a trabajar en un objetivo en común	1	2	3	4	5
Habilidades interpersonales						
13	Evito decir cosas que dañen a las demás personas	1	2	3	4	5
14	Pregunto a las personas si me he dejado entender	1	2	3	4	5
15	Me tomo mi tiempo para disfrutar cada momento de la vida	1	2	3	4	5
16	Puedo definir mis prioridades del día y enfocarme en ellas	1	2	3	4	5
17	Felicito las buenas ideas de mis compañeros	1	2	3	4	5
18	Respeto las ideas de los demás	1	2	3	4	5
Habilidades de comunicación						
19	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada	1	2	3	4	5
20	Si una persona me insulta me defiendo sin agredirla, exigiendo mi derecho a ser respetado	1	2	3	4	5
21	Realizo documentos cuando es necesario	1	2	3	4	5
22	Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)	1	2	3	4	5
23	Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común	1	2	3	4	5
24	Escucho las ideas de los demás y respondo adecuadamente	1	2	3	4	5
Habilidades de ética laboral						
25	Soy fiel a mis principios morales	1	2	3	4	5
26	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud o la de las demás personas	1	2	3	4	5
27	Agradezco cuando alguien me ayuda	1	2	3	4	5
28	Cumplo con los compromisos establecidos personalmente o hacia alguien	1	2	3	4	5
29	Me identifico con mi institución formadora	1	2	3	4	5
30	Busco siempre mejorar el lugar que me alberga	1	2	3	4	5

## INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (STAIC)

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Instrucciones: Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque con un aspa (x) el número que indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en estos momentos. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Nunca = 1, Raras veces = 2, A veces = 3, Casi siempre = 4, Siempre = 5

N°	INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (STAIC)					
1	Me siento calmado	1	2	3	4	5
2	Me siento seguro	1	2	3	4	5
3	Estoy tenso	1	2	3	4	5
4	Estoy contrariado	1	2	3	4	5
5	Me siento a gusto	1	2	3	4	5
6	Me siento alterado	1	2	3	4	5
7	Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4	5
8	Me siento descansado	1	2	3	4	5
9	Me siento ansioso	1	2	3	4	5
10	Me siento cómodo	1	2	3	4	5
11	Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4	5
12	Me siento nervioso	1	2	3	4	5
13	Estoy agitado	1	2	3	4	5
14	Me siento "a punto de explotar"	1	2	3	4	5
15	Me siento relajado	1	2	3	4	5
16	Me siento satisfecho	1	2	3	4	5
17	Estoy preocupado	1	2	3	4	5
18	Me siento muy excitado y aturdido	1	2	3	4	5
19	Me siento alegre	1	2	3	4	5
20	Me siento bien	1	2	3	4	5
21	Me siento bien	1	2	3	4	5
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4	5
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4	5
24	Quisiera ser tan feliz como otros	1	2	3	4	5
25	Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4	5
26	Me siento descansado	1	2	3	4	5
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada	1	2	3	4	5
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.	1	2	3	4	5
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4	5
30	Soy feliz	1	2	3	4	5
31	Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	1	2	3	4	5
32	Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4	5
33	Me siento seguro	1	2	3	4	5
34	Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4	5
35	Me siento melancólico	1	2	3	4	5
36	Estoy satisfecho	1	2	3	4	5
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4	5
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4	5
39	Soy una persona estable	1	2	3	4	5
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4	5

## Anexo 4: Autorización para la aplicación de los instrumentos

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Concepción, 12 de mayo 2022

Fabiola Dhayan Fierro Hinostroza

Andrea Durand Berrios

Por medio de la presente, nos es grato informarle sobre la **ACEPTACIÓN** para realizar su proyecto de tesis titulado: “Habilidades blandas y ansiedad en estudiantes de una academia pre universitaria de Concepción, 2022”, donde se aplicará instrumentos psicológicos con su respectivo consentimiento a cada estudiante de nuestra academia pre – universitaria en el mes de junio del 2022.

Saludos cordiales.



  
Kattia Magaly Porras Marmanillo

Coordinadora Académica

Academia Pre – Universitaria

“SAN MARCOS”

Nº de celular:931208711



## Anexo 5: Constancia de aplicación

### CONSTANCIA DE APLICACIÓN

Concepción, 14 de octubre del 2022

Yo, Kattia Magaly Porras Marmanillo, coordinadora de la academia Pre-Universitaria "San Marcos" de la Provincia de Concepción, certifico que las estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Continental – Huancayo, realizaron sus encuestas el día viernes 30 de setiembre del 2022, a los estudiantes de la academia, con fines académicos en el proceso de elaboración de su tesis denominada "HABILIDADES BLANDAS Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE UNA ACADEMIA PRE UNIVERSITARIA DE CONCEPCIÓN, 2022"

Se emite el presente documento para fines de las interesadas.

Atentamente,



## Anexo 6: Consentimiento informado

### Consentimiento informado

Estimado(a) estudiante, con el debido respeto, nos presentamos, la Bach. Durand Berríos, Andrea Rosa y la Bach. Fierro Hinostraza, Fabiola Dhayan, egresadas de la carrera de Psicología de la Universidad Continental. El presente formulario forma parte del recojo de información para un estudio con fines académicos; en la actualidad nos encontramos realizando una investigación sobre " Habilidades blandas y Ansiedad en estudiantes de una academia preuniversitaria de Concepción, 2022 ". Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo evaluar la relación que existe entre las habilidades blandas y la ansiedad. Para ello, quisiera contar con su importante participación en este proceso, que consiste en la aplicación de un cuestionario.

Si usted accede a participar de esta evaluación, se le solicitará responder diversas preguntas sobre el tema antes mencionado, lo que tomará aproximadamente entre 15 a 20 minutos. La información obtenida será únicamente utilizada para la elaboración de una tesis; se informará todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a alguna pregunta, se le explicará cada una de ellas.

---

Yo, \_\_\_\_\_, doy mi consentimiento para participar en el estudio y autorizo que mi información se utilice en este. Asimismo, estoy de acuerdo con que mi identidad sea tratada de manera confidencial, es decir, que

Edad		
Sexo	F	M

en la tesis no se hará ninguna referencia expresa de mi nombre y las tesis utilizarán un código de identificación o pseudónimo.

\_\_\_\_\_  
Firma

\_\_\_\_\_  
Fecha

## Anexo 7: Validación de los instrumentos

### Validez por juicio de expertos del cuestionario de habilidades blandas

#### Validador 1

##### FORMATO DE EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO

(Hernández-Nieto)

##### Objetivos:

- Determinar, mediante la Técnica de Juicio de Expertos, la evaluación de Contenido que hacen los jueces de un determinado instrumento de recolección de datos.

##### Instrucciones:

- Cada juez, en forma independiente, debe leer los objetivos y las instrucciones del instrumento de recolección de datos que se le entrega.
- Cada juez, en forma independiente, debe leer cuidadosamente cada uno de los ítems del instrumento.
- Cada juez, en forma independiente, debe evaluar cada uno de los ítems, en la escala de Likert correspondiente de cinco (05) puntos, tomando en cuenta los siguientes criterios, en forma separada:
  - ✓ **Pertinencia:** El grado de correspondencia entre el enunciado del ítem y lo que se pretende medir.
  - ✓ **Claridad Conceptual:** Hasta qué punto el enunciado del ítem no genera confusión o contradicciones.
  - ✓ **Redacción y Terminología:** Si la sintaxis y la terminología empleadas son apropiadas.
  - ✓ **Escalamiento y Codificación:** Si la escala empleada en cada ítem es apropiada y la misma ha sido debidamente codificada.

##### DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del Experto: *Gaby Pilar, QUIÑONEZ ELESCANO*
- Título de la Investigación: "Habilidades blandas y Ansiedad en estudiantes de una academia pre universitaria de Concepción, 2022"
- Nombre del Instrumento: **CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN DE LAS HABILIDADES BLANDAS**

1= Inaceptable 2= Deficiente 3= Regular 4= Bueno 5= Excelente

Escala Evaluativa

Contenido			Evaluación				
Ítem	Criterios Generales	Observaciones	1	2	3	4	5
<b>Habilidades de adaptación</b>							
Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Pienso en varias soluciones frente a un problema	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Pienso en soluciones no antes usadas frente a los problemas	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Si estoy nervioso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X

Reclamo agresivamente cuando veo que alguien saco más nota que yo haciendo trampa en el examen	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Habilidades de gestión</b>								
Apoyo las ideas de los demás	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Comparto alegrías y triunfos con mi equipo de trabajo	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual						X	
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Se decir "no" cuando es necesario	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Logro infundir confianza en mi equipo de trabajo	Pertinencia						X	
	Claridad Conceptual						X	
	Redacción y Terminología	Mejorar redacción						X
	Escalamiento y Codificación							X
Motivo a mi equipo a trabajar en un objetivo en común	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Habilidades interpersonales</b>								
Evito decir cosas que dañen a las demás personas	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología						X	
	Escalamiento y Codificación							X
Pregunto a las personas si me he dejado entender	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Me tomo mi tiempo para disfrutar cada momento de la vida	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Puedo definir mis prioridades del día y enfocarme en ellas	Pertinencia						X	
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Felicitó las buenas ideas de mis compañeros	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X

Respeto las ideas de los demás	Pertinencia						X	
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Habilidades de comunicación</b>								
Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Realizo documentos cuando es necesario	Pertinencia						X	
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Influencio</b> en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual						X	
	Redacción y Terminología	Corregir						X
	Escalamiento y Codificación							X
Escucho las ideas de los demás y respondo adecuadamente	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología						X	
	Escalamiento y Codificación							X

Grado académico	LICENCIADA EN PSICOLOGIA	
DNI	Celular	EMAIL
44612989	997477074	<a href="mailto:Abycita50qe@gmail.com">Abycita50qe@gmail.com</a>



Firma del Experto

# Validador 2

## FORMATO DE EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO

(Hernández-Nieto)

### Objetivos:

- Determinar, mediante la Técnica de Juicio de Expertos, la evaluación de Contenido que hacen los jueces de un determinado instrumento de recolección de datos.

### Instrucciones:

- Cada juez, en forma independiente, debe leer los objetivos y las instrucciones del instrumento de recolección de datos que se le entrega.
- Cada juez, en forma independiente, debe leer cuidadosamente cada uno de los ítems del instrumento.
- Cada juez, en forma independiente, debe evaluar cada uno de los ítems, en la escala de Likert correspondiente de cinco (05) puntos, tomando en cuenta los siguientes criterios, en forma separada:
  - ✓ **Pertinencia:** El grado de correspondencia entre el enunciado del ítem y lo que se pretende medir.
  - ✓ **Claridad Conceptual:** Hasta qué punto el enunciado del ítem no genera confusión o contradicciones.
  - ✓ **Redacción y Terminología:** Si la sintaxis y la terminología empleadas son apropiadas.
  - ✓ **Escalamiento y Codificación:** Si la escala empleada en cada ítem es apropiada y la misma ha sido debidamente codificada.

### DATOS GENERALES:

- Nombres y Apellidos del Experto: \_\_\_\_\_ Kelly Muñoz Campos \_\_\_\_\_
- Título de la Investigación: "Habilidades blandas y Ansiedad en estudiantes de una academia pre universitaria de Concepción, 2022"
- Nombre del Instrumento: CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN DE LAS HABILIDADES BLANDAS

Escala Evaluativa				
1= Inaceptable	2= Deficiente	3= Regular	4= Bueno	5= Excelente

Contenido			Evaluación				
Ítem	Criterios Generales	Observaciones	1	2	3	4	5
<b>Habilidades de adaptación</b>							
Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología					x	
	Escalamiento y Codificación					X	
Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación						x
Pienso en varias soluciones frente a un problema	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Pienso en soluciones no antes usadas frente a los problemas	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					X	

Si estoy nervioso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Reclamo agresivamente cuando veo que alguien saco más nota que yo haciendo trampa en el examen	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
<b>Habilidades de gestión</b>							
Apoyo las ideas de los demás	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual					x	
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Comparto alegrías y triunfos con mi equipo de trabajo	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual					x	
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Se decir "no" cuando es necesario	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual					x	
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Logro infundir confianza en mi equipo de trabajo	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual				x		
	Redacción y Terminología					x	
	Escalamiento y Codificación					x	
Motivo a mi equipo a trabajar en un objetivo en común	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación						x
<b>Habilidades interpersonales</b>							
Evito decir cosas que dañen a las demás personas	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación						x
Pregunto a las personas si me he dejado entender	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Me tomo mi tiempo para disfrutar cada momento de la vida	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	
Puedo definir mis prioridades del día y enfocarme en ellas	Pertinencia					x	
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					x	

Felicitó las buenas ideas de mis compañeros	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Respeto las ideas de los demás	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
<b>Habilidades de comunicación</b>							
Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					X	
Si una persona me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología					x	
	Escalamiento y Codificación					X	
Realizo documentos cuando es necesario	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual						X
Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual						X
Escucho las ideas de los demás y respondo adecuadamente	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación					X	
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X

Grado académico	Licenciada en Psicología	
DNI	Celular	EMAIL
72372097	910587980	Kelly_25abril@hotmail.com

  
**Firma del Experto**



# Validador 3

## FORMATO DE EVALUACIÓN DE INSTRUMENTO

(Hernández-Nieto)

### Objetivos:

- Determinar, mediante la Técnica de Juicio de Expertos, la evaluación de Contenido que hacen los jueces de un determinado instrumento de recolección de datos.

### Instrucciones:

- Cada juez, en forma independiente, debe leer los objetivos y las instrucciones del instrumento de recolección de datos que se le entrega.
- Cada juez, en forma independiente, debe leer cuidadosamente cada uno de los ítems del instrumento.
- Cada juez, en forma independiente, debe evaluar cada uno de los ítems, en la escala de Likert correspondiente de cinco (05) puntos, tomando en cuenta los siguientes criterios, en forma separada:
  - ✓ **Pertinencia:** El grado de correspondencia entre el enunciado del ítem y lo que se pretende medir.
  - ✓ **Claridad Conceptual:** Hasta qué punto el enunciado del ítem no genera confusión o contradicciones.
  - ✓ **Redacción y Terminología:** Si la sintaxis y la terminología empleadas son apropiadas.
  - ✓ **Escalamiento y Codificación:** Si la escala empleada en cada ítem es apropiada y la misma ha sido debidamente codificada.

### DATOS GENERALES:

1. Nombres y Apellidos del Experto: ~~Amorín, Rocha, Vanessa Liseth~~
2. Título de la Investigación: "Habilidades blandas y Ansiedad en estudiantes de una academia pre universitaria de Concepción, 2022"
3. Nombre del Instrumento: CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN DE LAS HABILIDADES BLANDAS

Escala Evaluativa				
1= Inaceptable	2= Deficiente	3= Regular	4= Bueno	5= Excelente

Contenido			Evaluación				
Ítem	Criterios Generales	Observaciones	1	2	3	4	5
<b>Habilidades de adaptación</b>							
Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología				X		
	Escalamiento y Codificación						X
Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Pienso en varias soluciones frente a un problema	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología				X		
	Escalamiento y Codificación						X
Pienso en soluciones no antes usadas frente a los problemas	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X

Si estoy nervioso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación						X	
Reclamo agresivamente cuando veo que alguien saco más nota que yo haciendo trampa en el examen	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Habilidades de gestión</b>								
Apoyo las ideas de los demás	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Comparto alegrías y triunfos con mi equipo de trabajo	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Se decir "no" cuando es necesario	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Logro infundir confianza en mi equipo de trabajo	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología						X	
	Escalamiento y Codificación						X	
Motivo a mi equipo a trabajar en un objetivo en común	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Habilidades interpersonales</b>								
Evito decir cosas que dañen a las demás personas	Pertinencia						X	
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Pregunto a las personas si me he dejado entender	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Me tomo mi tiempo para disfrutar cada momento de la vida	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación						X	
Puedo definir mis prioridades del día y enfocarme en ellas	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X

Felicitó las buenas ideas de mis compañeros	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Respeto las ideas de los demás	Pertinencia						X	
	Claridad Conceptual						X	
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
<b>Habilidades de comunicación</b>								
Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me agrada	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Si una persona me insulta me defiende sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Realizo documentos cuando es necesario	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Reviso lo que los demás escriben en los distintos medios de comunicación escrita (periódico, redes sociales, etc.)	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Influencio en las decisiones de los demás para lograr un objetivo en común	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Escucho las ideas de los demás y respondo adecuadamente	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X

Grado académico	Licenciada en Psicología	
DNI	Celular	EMAIL
46901252	927 081 462	vanessa.amorinr@gmail.com



**VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL  
CUESTIONARIO DE HABILIDADES BLANDAS**

	Juez1	Juez2	Juez3	Total	S/VM	COEF. VALIDEZ DE CONTENIDO	PROB DE ERROR	C.V.
ítem1	19	17	19	55	2.75	0.91666667	0.037037037	0.87962963
ítem2	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
ítem3	20	17	19	56	2.8	0.93333333	0.037037037	0.8962963
ítem 4	19	19	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 5	20	18	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 6	20	18	19	57	2.85	0.95	0.037037037	0.91296296
Ítem 7	20	18	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 8	19	19	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 9	20	17	20	57	2.85	0.95	0.037037037	0.91296296
Ítem 10	20	18	20	45	2.25	0.75	0.037037037	0.71296296
Ítem 11	18	16	18	52	2.6	0.86666667	0.037037037	0.82962963
Ítem 12	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 13	19	19	19	57	2.85	0.95	0.037037037	0.91296296

>60=INACEP

60-70=DEFIC



# Validez por juicio de expertos de la escala de ansiedad

## Validador 1

3. Nombre del instrumento: INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (STAIC)

Escala Evaluativa

1= Inaceptable 2= Deficiente 3= Regular 4= Bueno 5= Excelente

Ítem	Contenido	Observaciones	Evaluación				
			1	2	3	4	5
Me siento calmado	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento seguro	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Estoy tenso	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Estoy contrariado	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento a gusto	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento alterado	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Estoy alterado por algún posible contratiempo	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento descansado	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento ansioso	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento cómodo	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento con confianza en mí mismo	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	

Me siento nervioso	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy agitado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento "a punto de explotar"	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento relajado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento satisfecho	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Estoy preocupado	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento muy excitado y aturdido	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento alegre	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento bien	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me canso rápidamente	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Siento ganas de llorar	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Quisiera ser tan feliz como otros	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X

Me siento descansado	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Soy una persona tranquila, serena y sosegada	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Soy feliz	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X

Me falta confianza en mí mismo	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Me siento seguro	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Me siento melancólico	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Estoy satisfecho	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X

Soy una persona estable	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X

Grado académico	Licenciada en Psicología	
DNI	Celular	EMAIL
44612989	997477074	<a href="mailto:Abycita50qe@gmail.com">Abycita50qe@gmail.com</a>

  
**Firma del Experto**

## Validador 2

1= Inaceptable 2= Deficiente 3= Regular 4= Bueno 5= Excelente

Escala Evaluativa

Ítem	Contenido		Evaluación				
	Criterios Generales	Observaciones	1	2	3	4	5
Me siento calmado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento seguro	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy tenso	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy contrariado	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento a gusto	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento alterado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
Estoy alterado por algún posible contratiempo	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento descansado	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento ansioso	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología						X
Me siento cómodo	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento con confianza en mí mismo	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
	Redacción y Terminología						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento nervioso	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X



Estoy agitado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento "a punto de explotar"	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento relajado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento satisfecho	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy preocupado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento muy excitado y aturdido	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología					X	
	Escalamiento y Codificación					X	
Me siento alegre	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento bien	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me canso rápidamente	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Siento ganas de llorar	Pertinencia					X	
	Claridad Conceptual					X	
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Quisiera ser tan feliz como otros	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento descansado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X

Soy una persona tranquila, serena y sosegada	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología						X	
	Escalamiento y Codificación							X
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Soy feliz	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X

Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Me falta confianza en mí mismo	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Me siento seguro	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación						X	
Me siento melancólico	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología						X	
	Escalamiento y Codificación						X	
Estoy satisfecho	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X

Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación						X	
Soy una persona estable	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X

Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación						X	
Soy una persona estable	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X
Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	Pertinencia							X
	Claridad Conceptual							X
	Redacción y Terminología							X
	Escalamiento y Codificación							X

Grado académico	Licenciada en Psicología	
DNI	Celular	EMAIL
72372097	910587980	Kelly_25abril@hotmail.com

  
 Firma del Experto

## Validador 3

Escala Evaluativa  
1= Inaceptable 2= Deficiente 3= Regular 4= Bueno 5= Excelente

Contenido			Evaluación				
Ítem	Criterios Generales	Observaciones	1	2	3	4	5
Me siento calmado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento seguro	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						x
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy tenso	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy contrariado	Pertinencia						x
	Claridad Conceptual					x	
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento a gusto	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento alterado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						x
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy alterado por algún posible contratiempo	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento descansado	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento ansioso	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento cómodo	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento con confianza en mí mismo	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
Me siento nervioso	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X

Estoy agitado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento "a punto de explotar"	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento relajado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento satisfecho	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy preocupado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento muy excitado y aturdido	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento alegre	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento bien	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me canso rápidamente	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Siento ganas de llorar	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Quisiera ser tan feliz como otros	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
Me siento descansado	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X

Soy una persona tranquila, serena y sosegada	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Soy feliz	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X

Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me falta confianza en mí mismo	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento seguro	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Me siento melancólico	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Estoy satisfecho	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X

Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X
Soy una persona estable	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X

Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	Pertinencia						X
	Claridad Conceptual						X
	Redacción y Terminología						X
	Escalamiento y Codificación						X

Grado académico	Licenciada en Psicología	
DNI	Celular	EMAIL
46901252	927 081 462	vanessa.amorinr@gmail.com

  
 Vanessa L. Amorin Riquelme  
 PSICÓLOGA  
 C. P. 47001  
**Firma del Experto**

VALIDACIÓN DE CONTENIDO DEL INVENTARIO DE ANSIEDAD

	Juez1	Juez2	Juez3	Total	S/VM	COEF. VALIDEZ DE CONTENIDO	PROB DE ERROR	C.V.
Ítem 1	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 2	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 3	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 4	20	18	19	57	2.85	0.95	0.037037037	0.91296296
Ítem 5	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 6	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 7	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 8	20	18	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 9	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 10	20	20	20	45	2.25	0.75	0.037037037	0.71296296
Ítem 11	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 12	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 13	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 14	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 15	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 16	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 17	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 18	20	18	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 19	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 20	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 21	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 22	20	18	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 23	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 24	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 25	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 26	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 27	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 28	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 29	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 30	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 31	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 32	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 33	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963
Ítem 34	20	18	20	58	2.9	0.96666667	0.037037037	0.92962963
Ítem 35	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 36	20	20	20	60	3	1	0.037037037	0.96296296
Ítem 37	20	19	20	59	2.95	0.98333333	0.037037037	0.9462963

>60=INACEPTABLE  
60-70=DEFICIENTE  
71-80=ACEPTABLE  
80-90=BUENA  
91-100=EXCELENTE



## Anexo 8: Confiabilidad de los instrumentos

### Confiabilidad del cuestionario de habilidades blandas

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,857	30

#### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item_HB1	105,00	135,158	,519	,849
Item_HB2	105,55	142,261	,190	,858
Item_HB3	105,00	137,368	,536	,849
Item_HB4	105,70	137,905	,567	,849
Item_HB5	105,30	135,274	,506	,849
Item_HB6	106,55	137,839	,254	,859
Item_HB7	105,00	139,789	,326	,854
Item_HB8	104,80	147,958	-,068	,865
Item_HB9	105,25	138,303	,366	,853
Item_HB10	105,10	143,463	,105	,862
Item_HB11	105,15	134,555	,555	,848
Item_HB12	105,05	132,682	,625	,846
Item_HB13	105,35	135,082	,482	,850
Item_HB14	105,10	139,779	,310	,855
Item_HB15	105,25	131,987	,591	,846
Item_HB16	105,50	141,316	,275	,855
Item_HB17	105,20	137,326	,489	,850
Item_HB18	105,25	136,092	,470	,850
Item_HB19	104,65	140,450	,311	,855
Item_HB20	104,75	138,197	,457	,851
Item_HB21	104,30	142,642	,255	,856
Item_HB22	105,05	143,313	,184	,857
Item_HB23	104,85	141,397	,232	,857
Item_HB24	104,85	133,503	,611	,846
Item_HB25	105,00	135,158	,519	,849
Item_HB26	105,55	142,261	,190	,858
Item_HB27	105,00	137,368	,536	,849



Item_HB28	105,70	137,905	,567	,849
Item_HB29	105,30	135,274	,506	,849
Item_HB30	106,55	137,839	,254	,859

### Confiabilidad de la escala de ansiedad

#### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,915	39

#### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item_ansiedad1	132,90	303,253	,712	,910
Item_ansiedad2	133,30	323,905	,064	,917
Item_ansiedad3	133,05	306,682	,663	,911
Item_ansiedad4	133,60	304,779	,696	,910
Item_ansiedad5	132,80	311,326	,567	,912
Item_ansiedad6	134,20	307,853	,405	,914
Item_ansiedad7	132,75	296,408	,641	,910
Item_ansiedad8	132,95	336,366	-,373	,921
Item_ansiedad9	133,65	306,239	,514	,912
Item_ansiedad10	133,25	321,355	,141	,916
Item_ansiedad11	133,15	314,555	,346	,914
Item_ansiedad12	133,10	304,305	,742	,910
Item_ansiedad13	133,50	311,421	,414	,913
Item_ansiedad14	133,15	297,503	,664	,910
Item_ansiedad15	133,20	305,958	,521	,912
Item_ansiedad16	133,30	312,011	,355	,914
Item_ansiedad17	133,10	303,042	,641	,910
Item_ansiedad18	133,35	297,713	,574	,911
Item_ansiedad19	132,75	311,671	,410	,913
Item_ansiedad20	132,65	307,292	,767	,910
Item_ansiedad21	132,55	314,366	,428	,913
Item_ansiedad22	133,45	306,892	,543	,912
Item_ansiedad23	132,95	319,208	,164	,916
Item_ansiedad24	133,15	292,871	,897	,907

Item_ansiedad25	132,95	302,471	,724	,910
Item_ansiedad26	133,60	314,779	,387	,914
Item_ansiedad27	133,15	301,397	,730	,909
Item_ansiedad28	133,55	309,418	,565	,912
Item_ansiedad29	132,90	308,305	,545	,912
Item_ansiedad30	133,45	321,839	,151	,916
Item_ansiedad31	132,95	316,892	,262	,915
Item_ansiedad32	133,45	315,313	,368	,914
Item_ansiedad33	132,85	313,292	,393	,913
Item_ansiedad34	134,15	311,082	,313	,915
Item_ansiedad35	132,75	312,303	,297	,915
Item_ansiedad36	133,05	322,471	,095	,917
Item_ansiedad37	133,55	309,313	,391	,914
Item_ansiedad38	133,25	316,408	,311	,914
Item_ansiedad39	133,20	313,326	,417	,913

## Anexo 9: Evidencias fotográficas







