

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en
estudiantes de un instituto de educación superior
privado, Huancayo, 2023**

Rosalin Mormontoy Lopez
Mercedes Cristina Pozo Olivera
Yesenia Irma Yauri Paredes de Trivelli

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Huancayo, 2024

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



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

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : Decana de la Facultad de Humanidades
DE : Eduardo Andrés Vásquez Carrasco
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 4 de Noviembre de 2024

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:

Habilidades Sociales y Ansiedad Estado – Rasgo en Estudiantes de un Instituto de Educación Superior Privado, Huancayo, 2023

Autores:

1. Rosalín Mamanloy Lopez – EAP. Psicología
2. Mercedes Cristina Pazo Olivera – EAP. Psicología
3. Yesenia Irma Yauri Paredes de Trivelli – EAP. 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 6 % de similitud 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
Nº de palabras excluidas (en caso de elegir "SI"): 40 SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

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

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,

Agradecimientos

A todas las personas que contribuyeron de manera significativa a la realización de esta tesis. Este trabajo no habría sido posible sin el apoyo, la guía y la colaboración de varios individuos a lo largo de este viaje académico.

En primer lugar, a Dios, por su compañía en este arduo camino, por renovar nuestras fuerzas cuando creíamos claudicar y porque siempre nos guio a hacer lo correcto.

A nuestro asesor, por su experta orientación, paciencia y dedicación a este proyecto. Sus valiosas sugerencias y comentarios han sido fundamentales para dar forma y mejorar nuestra investigación.

A nuestros maestros y mentores del Departamento de Psicología, por compartir su conocimiento, oportunidades de aprendizaje y alentarnos a explorar nuevas ideas. Su influencia ha sido inspiradora y ha dejado una marca duradera en nuestro desarrollo académico.

A nuestros padres, familiares y amigos, por su apoyo constante y comprensión durante este desafiante período. Sus palabras de aliento y su paciencia han sido un recordatorio constante de que no estamos solas en este viaje.

A los participantes de este estudio, cuya colaboración fue esencial para la recopilación de datos. Su disposición para compartir sus experiencias ha enriquecido significativamente este trabajo y ha contribuido a una comprensión más profunda del tema.

Finalmente, a nosotras, reconociendo los desafíos superados, la perseverancia demostrada y el crecimiento personal experimentado a lo largo de este proceso.

Dedicatoria

A Dios, porque sin él no lo hubiéramos logrado, porque siempre renovó nuestras fuerzas y nos guio a hacer lo correcto

A nuestros padres y madres, por su amor incondicional, apoyo constante y sacrificios innumerables, siendo nuestra fuente de inspiración.

Rosalin, Mercedes y Yesenia

Índice de Contenidos

Agradecimientos.....	iv
Dedicatoria.....	v
Índice de Contenidos.....	vi
Lista de Tablas	x
Lista de Figuras.....	xi
Resumen.....	xii
Abstract.....	xiii
Introducción	xiv
Capítulo I.....	17
Planteamiento del Estudio.....	17
1.1. Planteamiento del Problema	17
1.2. Formulación del Problema.....	19
1.2.1. Problema General.	19
1.2.2. Problemas Específicos.....	20
1.3. Objetivos.....	20
1.3.1. Objetivo General.	20
1.3.2. Objetivos Específicos.	20
1.4. Justificación e Importancia	21
1.4.1. Justificación Teórica.....	21
1.4.2. Justificación Metodológica.....	22
1.4.3. Justificación Social.....	22
Capítulo II.....	24
Marco Teórico	24

2.1. Antecedentes de la Investigación.....	24
2.1.1. Antecedentes Internacionales.....	24
2.1.2. Antecedentes Nacionales.....	25
2.2. Bases Teóricas	28
2.2.1. Habilidades Sociales.....	28
2.2.1.1. Definiciones.....	28
2.2.1.2. Teoría de las Habilidades Sociales.....	31
2.2.1.3. Modelos Explicativos de las Habilidades Sociales.....	32
2.2.1.4. Tipos de Habilidades Sociales.....	37
2.2.1.5. Componentes de las Habilidades Sociales.....	37
2.2.1.6. Importancia de las Habilidades Sociales	38
2.2.1.7. Consecuencias de Déficit de las Habilidades Sociales.....	38
2.2.1.8. Dimensiones de las Habilidades Sociales	39
2.2.2. Ansiedad	40
2.2.2.1. Definiciones.....	40
2.2.2.2. Etiología	42
2.2.2.3. Modelos Explicativos de Ansiedad	42
2.2.2.4. Principales Teorías de la Ansiedad	47
2.2.2.5. Ansiedad Patológica vs. Ansiedad no Patológica	50
2.2.2.6. Dimensiones de la Ansiedad	50
2.2.3. Términos Básicos.....	51
2.3. Hipótesis	52
2.3.1. Hipótesis General.....	52
2.3.2. Hipótesis Específicas	52
2.4. Variables	53

2.4.1. Operacionalización de las variables.....	56
Capítulo III.....	61
Diseño Metodológico.....	61
3.1. Método de Investigación.....	61
3.2. Tipo de investigación.....	61
3.3. Nivel de Investigación	61
3.4. Diseño de Investigación.....	62
3.5. Población y Muestra	63
3.5.1. Población	63
3.5.2. Muestra	63
3.6. Técnicas de Muestreo	64
3.7. Técnicas de Recolección y Análisis de la Información	65
3.7.1. Técnica de Recolección de Datos	65
3.7.2. Instrumentos de Recolección de Datos	66
3.7.2.1. Habilidades Sociales (EHS)	66
3.7.2.2. STAI (State – Trait Anxiety Inventory)	67
3.8. Aspectos Éticos.....	68
3.9. Técnicas de Análisis de Información.....	69
Capítulo IV	70
Resultados y Discusión	70
4.1. Presentación de Resultados.....	70
4.1.1. Análisis Estadístico Descriptivo.	70
4.1.2. Análisis Estadístico Inferencial (prueba de hipótesis)	74
4.1.2.1. Hipótesis General de Investigación.....	74
4.1.2.2. Hipótesis Específica 1.	76

4.1.2.3. Hipótesis Específica 2.	78
4.1.2.4. Hipótesis Específica 3.	80
4.1.2.5. Hipótesis Específica 4.	81
4.1.2.6. Hipótesis Específica 5.	83
4.1.2.7. Hipótesis Específica 6.	85
4.2. Discusión	86
Conclusiones	91
Recomendaciones	92
Referencias.....	94
Apéndices	106

Lista de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de variables	56
Tabla 2 Muestra de estudiantes del instituto de educación superior privado	65
Tabla 3 Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos	70
Tabla 4 Prueba de normalidad	71
Tabla 5 Perfil sociodemográfico	72
Tabla 6 Dimensiones de las habilidades sociales	73
Tabla 7 Dimensiones de la ansiedad	74
Tabla 8 Correlación de habilidades sociales y ansiedad estado – rasgo	76
Tabla 9 Correlación de autoexpresión en situaciones sociales y ansiedad estado – rasgo	77
Tabla 10 Correlación de defensa de los propios derechos como consumidor y ansiedad estado – rasgo.....	79
Tabla 11 Correlación de expresión de enfado o disconformidad y ansiedad estado – rasgo...81	81
Tabla 12 Correlación de decir no y cortar interacciones y ansiedad estado – rasgo	82
Tabla 13 Correlación de hacer peticiones y ansiedad estado – rasgo	84
Tabla 14 Correlación de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto y ansiedad estado – rasgo.....	86

Lista de Figuras

Figura 1 Coeficiente de correlación para la hipótesis general.	75
Figura 2 Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 1	77
Figura 3 Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 2	79
Figura 4 Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 3	80
Figura 5 Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 4	82
Figura 6 Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 5	84
Figura 7 Coeficiente de correlación para la Hipótesis Específica 6.	85

Resumen

El objetivo de esta tesis radicó en determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023. Respecto al diseño metodológico: esta tesis se llevó a cabo con un diseño no experimental correlacional transversal; la población incluyó 941 estudiantes y se evaluó una muestra probabilística de 273 estudiantes; se aplicaron los cuestionarios estandarizados Escala de Habilidades Sociales (EHS) y el Cuestionario de ansiedad estado/ riesgo (STAI) para recolectar los datos. Los resultados fueron: en conformidad a las pruebas de hipótesis, las habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado se relacionaron de forma positiva (0.128) y significativa ($p = 0.035$). Se concluyó que las habilidades sociales y la ansiedad estado – rasgo guardan una relación positiva y significativa.

Palabras claves: ansiedad estado – rasgo, estudiantes de primer ciclo, habilidades sociales, instituto de educación superior

Abstract

The thesis goal was to determine the relationship between social skills and state-trait anxiety in students of a private higher education institute, Huancayo, 2023. Regarding the methodological design: this thesis was carried out with a cross-sectional correlational non-experimental design. The population included 941 students and a probabilistic sample of 273 students was evaluated; Standardized questionnaires were applied to collect data. The results were: Social skills and state-trait anxiety in students from a private higher education institute were positively related (0.128) and significantly related ($p = 0.035$). It was concluded that Social Skills and State-Trait Anxiety have a positive and significant relationship.

Keywords: first cycle students, higher education institute, social skills, state-trait anxiety

Introducción

Las habilidades sociales reflejan la capacidad de las personas para expresarse en un lugar específico, respetando las necesidades de los que lo rodean; la ansiedad estado – rasgo es la reacción emocional de una persona frente a una situación amenazante o de peligro, es de estado como condición transitoria emocional y es de rasgo como propensión percibir situaciones amenazadoras alterando la variación de la ansiedad estado.

En conformidad con Grover et al. (2020), Rose – Krasnor (1997), Goldfried y Zurilla (1969), McFall (1982), Milligan et al. (2017), las habilidades sociales propiamente dichas engloban a una serie de actitudes que permiten a la persona socializar con sus pares y establecer vínculos. De acuerdo con Ansorena et al. (1983), Hull (1921), Cattell y Scheier (1961), Lazarus (1984), la ansiedad propiamente dicha puede ser padecida por cualquier persona, que es un sentimiento que surge con síntomas psicológicos y fisiológicos; tiene que ver con emociones, sentimientos y el nivel de reacciones, es así como su naturaleza variará dependiendo de las situaciones de estrés, miedo e incluso extremas que enfrenten las personas.

Según Cattell y Scheier (1961), Spielberger (1972), Spielberger y Díaz (1975), la ansiedad estado – rasgo como tal es un problema psicológico de gran complejidad, ya que la ansiedad estado proviene de acontecimientos específicos por altos niveles de estrés que pueda sufrir una persona, es un estado emocional de inmediatez y es momentáneo; en cambio, la ansiedad rasgo tiene base genética formando parte del temperamento con estados de ansiedad elevados y frecuentes en una amplia gama de situaciones, se constituye como un estado propio del organismo.

La realización del presente trabajo de tesis fue, en primera instancia, por la experiencia personal de las investigadoras tanto como mujeres y madres y la experiencia con jóvenes de diversos niveles educativos, lo que llevó a reforzar la necesidad de indagar acerca de las descuidadas habilidades sociales de hoy en día y su vinculación con la ansiedad.

Las investigadoras se sintieron motivadas para estudiar la ansiedad debido a que los estudiantes de sus centros de trabajo desde la educación básica – elemental sufren de ansiedad que se va agravando a lo largo de su vida académica, ya que la educación se hace cada día más amplia y compleja conllevando a gran carga académica de los jóvenes, los cuales son afectados también por mayor carga emocional y problemas de socialización relevante debido a las redes sociales, consumismo y superficialidad de la sociedad de hoy en día.

Respecto a los alcances de la investigación, con los resultados de este trabajo se esperó identificar una relación significativa entre las variables de investigación, ya que no solo tienen que ver por diversos trabajos previos en donde se identificaron diversos grados de relación, sino que también ambas variables se encuentran estrechamente vinculadas debido a que las habilidades sociales engloban diversas actitudes para que las personas socialicen, la ansiedad estado y ansiedad rasgo es un problema psicológico complejo de naturaleza momentánea o permanente por altos niveles de estrés por acontecimientos específicos o por niveles de ansiedad que se prolongan y llegan a formar parte del temperamento.

La presente tesis se limitó a un instituto de educación superior privado en Huancayo, lo que restringe su alcance al contexto local. No obstante, sus resultados contribuirán a optimizar el apoyo psicológico en la institución y podrían ser útiles para otras instituciones similares en la ciudad. El objetivo fue analizar la relación entre habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de este instituto en 2023, formulando la hipótesis de que existe una correlación positiva significativa entre ambas variables. La investigación, de enfoque científico inductivo-deductivo, se clasifica como aplicada, de nivel correlacional y diseño no experimental

transversal. Con una población de 941 estudiantes, se trabajó con una muestra probabilística de 273, empleando la encuesta como técnica de recolección y cuestionarios estandarizados (Escala de Habilidades Sociales, EHS; STAI, Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo). La estructura de la tesis incluye: capítulo I para el planteamiento del estudio, capítulo II para el marco teórico, capítulo III para la metodología, capítulo IV para los resultados, seguidos de conclusiones, recomendaciones, referencias y apéndices.

Capítulo I

Planteamiento del Estudio

1.1. Planteamiento del Problema

Las personas tienen la necesidad de establecer relaciones interpersonales fuera de su espacio familiar, por ende, también fuera de su zona de confort; así que el contexto estudiantil no es ajeno a la cuestión antes mencionada; cuando un joven identifica el grupo con el que pasará gran parte de su vida académica necesita generar y fortalecer sus relaciones interpersonales. Según Felipe y Ávila (2005), «se nace dependiendo de las relaciones sociales para la supervivencia; convertirse en adultos útiles para la sociedad dependerá de la capacidad o incapacidad para relacionarse» (p. 192); por lo tanto, la gestión personal de las habilidades personales resulta importante a lo largo del proceso de interacción del joven con su nuevo entorno estudiantil.

De acuerdo con Domínguez et al. (2014), «ingresar a la educación superior, supone exigencias que necesitan ser afrontadas con éxito para poder lograr los objetivos que se plantea el educando» (p. 294); lo que se mencionó con anterioridad guarda relación con diversas situaciones en donde los estudiantes tienen que organizar su tiempo y para ello deben desarrollar habilidades específicas, teniendo en cuenta que en el ámbito académico tienen que elaborar sus trabajos académicos, deben rendir diversas evaluaciones, asimismo, deben adaptar sus horarios de estudio tornándose en rutinas; las constantes mencionadas conllevan a que todo estudiante enfrente carga académica pero también emocional.

Un mal rendimiento académico surte efecto en las relaciones interpersonales de los estudiantes, los cuales pueden ser afectados por ansiedad trayendo consigo una serie de dificultades personales y sociales, perjudicando su proceso formativo, generando riesgos para la culminación exitosa de la formación técnica o profesional de los estudiantes.

De acuerdo con Antúnez y Vinet (2013), «en Latinoamérica, se realizaron diversos estudios que dan a conocer la existencia de indicadores clínicos cruciales, tales como la presencia de sintomatología ansiosa o depresiva en universitarios» (p. 212). La salud mental de los estudiantes puede afectar el rendimiento académico por variadas razones (Lipson y otros, 2015). Adicionalmente, el riesgo de recortes en las prácticas laborales y el abandono sin retorno de los estudios pueden influir y afectar el futuro de los estudiantes (American College Health Association, 2016).

Según información del Ministerio de Educación del Perú, cerca de 85 % de la comunidad educativa se compone principalmente por alumnos, docentes y administrativos de casas superiores tanto privadas y públicas. Los integrantes de la comunidad educativa nacional están expuestos a enfrentar dificultades que perjudican la salud mental, entre las dificultades con mayor incidencia se tiene la ansiedad con 82 %, el estrés con 79 % y violencia en diversas modalidades que se constituyen con 52 % de incidencia, asimismo, estas cifras altas revelaron que la comunidad educativa puede padecer más de uno (Agencia Peruana de Noticias Andina, 2019).

De acuerdo con un interesante artículo de Radio Programas del Perú (2018, págs. 1-3) «los estudiantes de educación superior presentan constante tensión académica debido a los largos períodos universitarios, lo cual puede producir en ellos perturbaciones psicológicas y un aumento en la ingesta de alcohol como placebo» (p. 1 – 3). Por lo tanto, conforme al conocimiento popular también son notables los efectos de la tensión académica que viven los universitarios dando como consecuencia la ingesta de bebidas alcohólicas como medida de escape de su realidad, así como, en casos más graves, perturbaciones a nivel psicológico.

En conformidad con González et al. (2018) quienes citaron a Gutiérrez et al. (2010), «es de importancia conocer la prevalencia de estudiantes con algún nivel de depresión, ansiedad o estrés al ingreso a la educación superior a fin de establecer estrategias frente a la necesidad

de una buena salud mental, que podría verse afectada por las exigencias, nivel de desarrollo y de competencias que establecen posibilidad de éxito o fracaso» (p. 42).

Dada la experticia de las investigadoras en el campo educativo, decidieron abarcar el tema de la ansiedad estado – rasgo debido a que los jóvenes desde la educación elemental, pasando por la básica y superior han estado sufriendo una serie de dificultades. Con el pasar de los años la educación se hace cada vez más amplia y compleja, también requiere de nuevas tecnologías; donde los jóvenes no solo tienen más carga académica, también tienen mayor carga emocional debido a la integración del consumismo y superficialidad que traen consigo las redes sociales, ejerciendo muchas dificultades a los jóvenes de hoy para establecer relaciones interpersonales relevantes.

Las habilidades sociales son vitales para la construcción de relaciones interpersonales del ser humano, asimismo, un adecuado nivel de habilidades sociales en estudiantes puede contribuir a mitigar o enfrentar situaciones de ansiedad propias de la vida del ser humano, siendo un factor protector frente a la depresión y otros problemas de salud mental. Con el sustento de todo lo mencionado, las investigadoras decidieron indagar acerca de las variables de investigación ansiedad estado – rasgo y su relación con las habilidades sociales en un grupo de estudiantes de un instituto de educación privado al cual tienen acceso a información por contactos estratégicos.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema General.

¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la ansiedad estado – rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?

1.2.2. Problemas Específicos.

- ¿Cuál es la relación entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de defensa de los propios derechos como consumidor y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de la expresión de enfado o disconformidad y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de decir no y cortar interacciones y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?
- ¿Cuál es la relación entre el nivel de iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General.

Determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.

1.3.2. Objetivos Específicos.

- Determinar la relación entre la autoexpresión en situaciones sociales y ansiedad estado

- rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Determinar la relación entre la defensa de los propios derechos como consumidor y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Determinar la relación entre la expresión de enfado o disconformidad y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Determinar la relación entre decir no y cortar interacciones y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Determinar la relación entre hacer peticiones y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Determinar la relación entre iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.

1.4. Justificación e Importancia

1.4.1. Justificación Teórica.

Las habilidades sociales y la conducta asertiva son temas que van intensificando su validez e importancia mediante el tiempo, paralelo a ello, en este mundo globalizado y cambiante, las demandas sociales presionan a la persona, trayendo consigo situación de estrés y ansiedad, como parte de la vida humana, que es necesaria conocer y ponderar en relación con la forma en que afecta la vida del ser humano, en el presente estudio, se hace uso de propuestas ajustadas principalmente hacia estudiantes.

Con esta investigación se pretende generar aporte teórico mediante la revisión y desarrollo de la teoría que se refiere a las variables de investigación, que son habilidades sociales y ansiedad estado – rasgo, así se llevó a cabo una exploración fructífera.

Gracias a la revisión adecuada de la teoría, se tuvo el sustento suficiente para identificar la mejor manera de medir las variables de investigación para el cumplimiento de los objetivos, esto se afianzó en la matriz de operacionalización de variables, así como, se redactaron conclusiones y recomendaciones acorde a los objetivos de investigación logrados mediante la contrastación de las hipótesis.

1.4.2. Justificación Metodológica.

A nivel metodológico, según Rodríguez y Valldeoriola (2010):

«La investigación se encuentra por encima de lo que normalmente se presenta en la información a nivel nacional, es decir, que lejos de presentar una investigación descriptiva, presenta un análisis correlacional, que es un nivel más alto, de alta precisión estadística» (p. 612).

Los resultados de esta investigación cumplen con las demandas actuales de evidencia bibliográfica en el análisis de estos fenómenos. La tesis permitió utilizar cuestionarios estandarizados para medir habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo, empleando la EHS para habilidades sociales y el STAI para ansiedad estado-rasgo, lo que facilitó una medición contextualizada de las variables en la realidad de Huancayo.

1.4.3. Justificación Social.

El presente estudio es importante, porque se realiza con la finalidad de conocer las habilidades sociales de estudiantes, y de qué manera el desarrollarlas, les permite enfrentar la ansiedad estado - rasgo en su desempeño estudiantil al enfrentar sus diversas actividades, por lo que, los resultados de esta investigación visibilizan fortalezas y debilidades de los institutos superiores, generando interés en los encargados de la gestión de educación superior y de los hacedores de política regional y provincial en Huancayo, ya que ello, puede denotar una línea

de base clara sobre los puntos principales para realizar políticas de educación específicas, incrementando las posibilidades de visibilizar la necesidad de fortalecimiento de la salud mental para una vida exitosa.

Esta tesis es relevante socialmente porque sus resultados permiten orientar mejor a los estudiantes del instituto elegido para que mejoren sus habilidades sociales y se puedan tratar a aquellos con niveles moderados y altos de ansiedad estado – rasgo; la proyección social de esta investigación se orienta a mejorar las condiciones de los estudiantes de la institución educativa elegida para que mejoren su interacción con otros alumnos y se reduzcan los niveles de ansiedad, de manera que su estadía en la institución sea lo más agradable posible.

Capítulo II

Marco Teórico

2.1. Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes Internacionales.

Álvarez y Haro (2023) llevaron a cabo la tesis «Relación entre inteligencia emocional y ansiedad estado - rasgo en estudiantes universitarios», donde el objetivo fue analizar la relación entre la inteligencia emocional y las dimensiones de ansiedad estado - rasgo de los estudiantes universitarios pertenecientes a la Zona 3. El método utilizado fue cuantitativo descriptivo, correlacional de corte transversal. Los instrumentos que se utilizaron para este estudio fueron el reactivo *Trait Meta Mood Scale-24* (TMMS-24) para medir inteligencia emocional y el Inventario de ansiedad rasgo-estado (Idare) para medir las dimensiones de ansiedad. Se contó con la participación de 1246 personas (58,3 % mujeres y 41,7 % hombres) entre 18 y 34 años. Los resultados denotaron que la mayoría tuvo un nivel alto de ansiedad estado (53 %), asimismo, estos tuvieron un nivel alto de ansiedad rasgo con 57.6 %. Se concluyó que la inteligencia emocional guarda una relación significativa, aunque estrecha con la ansiedad estado – rasgo.

En su tesis, Vizuite (2022) analizó la relación entre ansiedad y habilidades sociales en estudiantes universitarios, utilizando un enfoque cuantitativo, correlacional y transversal. Con una muestra de 159 personas de 22 a 40 años, aplicó el Inventario de Ansiedad de Beck y la Escala de Habilidades Sociales. Encontró que el 67.2 % de los estudiantes mostraba un nivel mínimo de ansiedad y evidenció una relación inversa y significativa entre ansiedad y habilidades sociales ($\rho = -0.493$, $p = 0.001$). En mujeres, predominó un nivel moderado de ansiedad (33 %), mientras que en hombres fue mínimo y leve (77.5 %). Se concluyó que a mayor ansiedad, menores habilidades sociales, y viceversa.

Por su parte, Schmidt y Shoji (2018) investigaron la relación entre ansiedad estado-rasgo y rendimiento académico en estudiantes de Paraná (14-16 años). Emplearon un método descriptivo transversal con 100 estudiantes, utilizando el STAI para ansiedad y actas de notas para rendimiento académico. Los resultados revelaron que la ansiedad estado mostró una correlación positiva y significativa con el rendimiento académico (coeficiente = 0.212, $p = 0.034$), mientras que la ansiedad rasgo no presentó significancia (coeficiente = 0.054, $p = 0.594$). Concluyeron que solo la ansiedad estado se relaciona significativamente con el rendimiento académico.

En Guatemala, Rosales (2018) realizó un estudio descriptivo sobre ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de sexto de perito contador, aplicando el STAI-82 y la EHS en 60 estudiantes (18-21 años). Encontró que la ansiedad estado y rasgo se relacionaban con las habilidades sociales, con resultados estadísticamente significativos ($X^2 = 62.67$ y $X^2 = 53.33$, $p < 0.05$).

2.1.2. Antecedentes Nacionales.

Oviedo y Palomino (2022) investigaron la relación entre habilidades sociales y ansiedad en estudiantes universitarios durante clases virtuales debido al confinamiento por COVID-19, en una universidad privada de Arequipa. Utilizando un enfoque cuantitativo, experimental y transversal, analizaron una muestra de más de 50 estudiantes de Psicología mayores de 18 años. Aplicaron la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y la Escala de Ansiedad Social de Lichowitz (EASL). Los resultados indicaron que el 70.9 % presentó bajo nivel de habilidades sociales y el 53.7 % mostró ansiedad social moderada, con una correlación significativa e inversa entre ambas variables ($\rho = -0.524$, $p < 0.05$). Concluyeron que menores habilidades sociales se asocian a mayor ansiedad social.

Huamaní y Gómez (2021) desarrollaron la tesis «Habilidades sociales y ansiedad en

estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021, Ica». Este estudio tuvo como objetivo demostrar la relación entre habilidades sociales y ansiedad, tuvo un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo y correlacional, experimental y de corte transversal; cuya muestra estuvo conformada por 155 estudiantes, se aplicaron los instrumentos: Escala de Zung para medir la ansiedad y la Escala de habilidades sociales de Gismero. Resultados: 79.4 % de los estudiantes tuvieron nivel medio de habilidades sociales de Gismero. Resultados: 79.4 % de los estudiantes tuvieron nivel medio de habilidades sociales, asimismo 64.5 % no presentó ansiedad; existió una relación positiva muy baja entre las variables y síntomas que no fue significativa (coeficiente rho: .0.034; $p = 0.675$); existió una relación muy baja entre habilidades sociales y sintomáticos (coeficiente rho = 0.065 y $p = 0.424$); de igual manera, existió una relación positiva muy baja entre habilidades sociales y la dimensión síntomas afectivos en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria (coeficiente rho = -0.004; $p = 0.960$). Se concluyó que las habilidades sociales y la ansiedad guardan una relación positiva pero baja.

Talledo (2019) en su tesis «Nivel de ansiedad y su influencia en la inteligencia emocional y habilidades sociales en docentes de educación secundaria de Tacna», tuvo como objetivo medir los niveles de ansiedad y su influencia en la inteligencia emocional y habilidades sociales, este estudio manejó una metodología transversal y relacional, con una muestra de 218 docentes, se utilizaron los instrumentos: Inventario Ice Bar-On, Cuestionario de habilidades sociales y el Test de Hamilton. Los resultados pusieron en evidencia que 91.7 % de los encuestados no presentaron nivel de ansiedad alguno; respecto a la inteligencia emocional se determinó que solo 36.7 % tuvo un nivel moderado; frente a las habilidades sociales se precisó que solo 29.8 % tuvo un nivel promedio. La inteligencia emocional guardó una relación con las habilidades sociales con un coeficiente R cuadrado de 0.651. Se concluyó que existe una relación directa y proporcional entre los niveles de inteligencia emocional y habilidades sociales, por lo que, a mayor nivel de inteligencia emocional, mayor nivel de habilidades

sociales y su relación se considera como fuerte.

Castro (2018) analizó la relación entre ansiedad y habilidades sociales en 345 escolares de la UGEL 05 en Lima, utilizando la Escala de Ansiedad Estado-Rasgo y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales. Los resultados revelaron niveles de ansiedad estado y habilidades sociales inferiores al promedio y una relación inversa con la ansiedad rasgo, concluyendo una relación alta negativa y significativa entre ambas variables.

Mendoza y Villar (2021) investigaron la relación entre autoestima y ansiedad en 140 estudiantes de una universidad privada en Huancayo, aplicando el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith y el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. Encontraron una relación negativa débil y significativa entre autoestima y ansiedad ($\rho = -0.269$, $p = 0.001$), concluyendo que la autoestima y ansiedad presentan una relación negativa.

Pérez (2021) estudió el nivel de habilidades sociales en 73 estudiantes de quinto grado de secundaria en Huancayo, utilizando la Escala de Habilidades Sociales. Los resultados mostraron que el 30.1 % tenía un nivel alto de habilidades sociales y el 52 % presentó niveles normales o altos, concluyendo que la mayoría alcanzó un nivel elevado de habilidades sociales.

Lapa (2019) exploró la relación entre ansiedad y habilidades sociales en 121 estudiantes de San Martín de Pangoa, aplicando la Escala de Ansiedad Manifestada en Niños (CMAS-R) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS). Se halló una relación negativa y significativa entre ansiedad y habilidades sociales (coeficiente de -0.315 , $p < 0.01$), concluyendo una relación inversa baja significativa.

Canchari (2019) realizó la tesis «Autoestima y habilidades sociales de los estudiantes de la I. E. Salesiano Técnico Don Bosco, Huancayo, 2019», con el objetivo de determinar la relación entre el nivel de autoestima y habilidades sociales, con un enfoque descriptivo y correlacional, con una muestra de 61 estudiantes, a quienes se les aplicó los instrumentos: Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein y el Test de autoestima para escolares. Los

resultados revelaron que la mayoría tuvo un nivel superior de habilidades sociales incluyendo a 50.8 %, la relación del autoestima y habilidades sociales de los estudiantes fue positiva y significativa y estuvo dada por un valor chi cuadrado alto de 32.449, asimismo, $p < 0.01$. Se concluyó que existió una relación positiva y significativa entre el nivel de autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la I. E. Salesiano Técnico Don Bosco de Huancayo.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Habilidades Sociales.

2.2.1.1. Definiciones.

Las habilidades sociales son parte de los hábitos de las personas e involucran una serie de capacidades para llevar a cabo actividades con mayor facilidad; estas se expresan mediante la conducta, las soluciones a los problemas se gestionan mejor mediante conductas específicas en relaciones intrapersonales e interpersonales. De acuerdo con Del Prette y Del Prette (2021) «las habilidades sociales incluyen la asertividad y comunicación, resolución de problemas interpersonales, cooperación, actuaciones interpersonales en actividades profesionales, más allá de expresiones de sentimientos negativos y defensa de los propios derechos» (p. 2).

Roca (2014) afirmó que las habilidad sociales son una serie de conductas agrupadas que son observables; las habilidades sociales traen consigo diversas emociones, pero también pensamientos que a las personas las incitan a generar diversas relaciones interpersonales; lo ideal es que en toda relación interpersonal se respeten los derechos de la gente, así como, también permitan que se logren objetivos, de esta manera, cada relación interpersonal pueda generar un beneficio máximo y riesgos como consecuencias al mínimo, sin embargo, en la realidad no necesariamente sucede así debido a emociones y pensamientos negativos. Las personas hábiles socialmente son aquellas que son capaces de tener en consideración los sentimientos, intereses y pensamientos de las otras personas, es decir, son empáticos;

adicionalmente, estas personas también buscan sus intereses; cuando entran en conflicto los intereses de estas personas con el bienestar de los demás, es entonces donde se busca la solución para ambas partes.

Conforme con Sánchez (2023), las habilidades sociales son una serie de actitudes frente a la sociedad, pueden ser útiles y vitales para la vivencia en sociedad; muchas personas en el día a día aseveran que estas habilidades tienen que ver con los rasgos de comunicación y conducta, los cuales forjan el éxito de toda persona; precisando, las habilidades sociales van más allá de rasgos de comunicación y conducta porque implican la búsqueda del bienestar para la búsqueda de la convivencia con otras personas en gran armonía; cuando las personas comparten experiencias y se expresan con asertividad forman un nivel de cohesión, llegando a acuerdos para mejorar la convivencia con otras personas.

Tortosa (2018) afirmó en su trabajo de investigación, la importancia de desarrollar las habilidades sociales dentro del aula para desarrollar personas socialmente competentes, entre ellas: asertividad, empatía, saber escuchar, manejo de emociones, la observación, etc., así mismo, resaltó el sociodrama como una herramienta para su desarrollo.

Finalmente, las habilidades sociales son conductas necesarias para relacionarse con los demás e interactuar de manera correcta y satisfactoria para ambas partes; por lo tanto, se considera como algo que se adquiere mediante la experiencia con los demás y no reflejan rasgos de personalidad. En la vida universitaria las habilidades sociales son importantes porque están en una etapa que consolidan su personalidad y se alejan de la familia para desenvolverse en nuevas relaciones amicales que será la base para desenvolverse en la esfera social y profesional (Universidad de Buenos Aires, 2009).

Cohen y Coronel (2009) mencionaron que tanto las habilidades cognitivas como las sociales son indispensables para el desarrollo de los niños y adolescentes e influye en su rendimiento académico y un buen desenvolvimiento en el entorno social. Afirman también,

que el éxito personal está más relacionado con la socialización y el proceso de adquisición de habilidades sociales que con las habilidades cognitivas. Además, la incompetencia social suele asociarse con baja aceptación de los compañeros, rechazo, ignorancia o aislamiento social, problemas emocionales y académicos, desequilibrio psicológico y psicopatía infantil, delincuencia juvenil y diversos problemas de salud mental durante la vida adulta.

Por lo tanto, las habilidades sociales también son un tema relevante en la época de colegio, ya que los estudiantes que tienen dificultades para desarrollar habilidades sociales o que no son aceptados por sus compañeros suelen tener problemas a corto y largo plazo relacionados con la deserción, la delincuencia y otras formas de psicopatología. En ese sentido, el entrenamiento en habilidades sociales significa prevenir problemas personales y sociales graves en el futuro, así como, prevenir la violencia y sus consecuencias (Cohen y Coronel, 2009).

Por otro lado, para Flores et al. (2016):

«Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos por los que un individuo expresa correctamente sus pensamientos, sentimientos, ideas, opiniones, puntos de vista, actitudes, deseos y otros, de una persona, sin generar conflicto alguno, en un ambiente de respeto mutuo, por lo general, aborda problemas inmediatos, reduciendo la probabilidad de problemas futuros» (p. 2).

Es de conocimiento general el hecho de que hay muchas maneras de hablar con la gente, cuando se trata de aprender habilidades sociales, se trata del mejor de todos los métodos. Es probable que las buenas habilidades sociales mejoren sus relaciones con los demás. Así mismo, para Caballo (2005) «las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten a un individuo desarrollarse en un entorno personal o interpersonal para expresar sentimientos, actitudes, deseos, creencias o derechos de una manera situacionalmente adecuada» (p. 3).

Respecto a las definiciones de las habilidades sociales, se asevera que existen variados

enfoques y perspectivas, más todos coinciden en que las habilidades sociales se tornan eficaces cuando una persona tiene la opinión de los demás y la contrasta con la de sí mismo, esto para tener una convivencia acertada en la sociedad con una capacidad para la solución de conflictos; por lo tanto, las habilidades sociales al involucrar conductas y generar capacidades van más allá de emociones y sentimientos e incluso más allá de rasgos de comunicación y conducta, ya que son el conjunto de todos los mencionados, así su correcta aplicación está asociada al máximo beneficio y la minimización de los riesgos. Las habilidades sociales son útiles e indudablemente son vitales para vivir en sociedad, de manera sana, dada la crisis de valores que se vive en la actualidad.

2.2.1.2. Teoría de las Habilidades Sociales.

Las habilidades sociales son muy amplias y existen diferentes teorías que influyeron en su argumentación, según Bandura, que basó su teoría en Skinner, quien indica que el comportamiento está regulado por las consecuencias que dicha conducta genera en el entorno, por lo que el aprendizaje está relacionado con el estímulo, respuesta y consecuencia; lo que afirmaríamos que el adquirir habilidades sociales comprende un reforzamiento positivo directo, un aprendizaje vicario y una retroalimentación personal.

Vera (2015) cita a Goldstein (1989), quien define las habilidades sociales como capacidades para fomentar relaciones interpersonales sanas y resolver problemas socioemocionales. Estas competencias abarcan desde habilidades básicas hasta complejas e instrumentales, agrupadas en seis categorías: habilidades sociales (escuchar, conversar, preguntar, agradecer y elogiar); habilidades avanzadas (buscar ayuda, comprometerse, seguir normas); habilidades emocionales (expresar sentimientos y empatizar); autocontrol; manejo del estrés (afrontar crisis); y habilidades de planificación (tomar decisiones y resolver problemas).

Caballo (2005) analizó los comportamientos interpersonales, clasificándolos en componentes no verbales, paralingüísticos, verbales y mixtos. Eceiza et al. (2008), basándose en Gismo (1999), propusieron dimensiones para las habilidades sociales: expresión personal, defensa de derechos, expresión de ira, rechazo de interacciones, demandas, e interacciones positivas con el sexo opuesto.

Del mismo modo, Carrera y Mazzarella (2001) refieren sobre Vygotsky que todo aprendizaje en la escuela siempre tiene su propia historia, y todos los niños tienen esta experiencia antes de ingresar a la escuela, por lo que el aprendizaje y el desarrollo están vinculados desde el primer día de vida de un niño.

2.2.1.3. Modelos Explicativos de las Habilidades Sociales.

A. Contextualización

El entorno familiar de la persona es crucial para el desarrollo de sus habilidades sociales debido a que su uso correcto sirve para que las personas interactúen con otras desde la niñez, pasando por la adolescencia tanto con sus pares como con otras personas con diferencias generacionales. Las habilidades sociales permiten que todo sujeto tenga conductas orientadas a ser asertivo, comunicarse con eficacia, manifestar un nivel de autoestima saludable, así como, también tomar decisiones más acertadas y oportunas (Salas y Silva, 2011). Con base sociológica, reproducción social y el constante cambio en la sociedad se tiene el entendimiento básico de la estructura de toda sociedad; las habilidades sociales son aquellas capacidades que tienen las personas para motivar a otras a cooperar para el cumplimiento de un propósito en particular; estas habilidades se entienden también como las habilidades para incentivar a las personas a una acción individual o colectiva a construir o reproducir un orden social en el entorno en el que se desenvuelve (Fligstein, 2001).

Según Carballo et al. (2012) la aplicación de las habilidades sociales tiene que ver con

la planificación del entrenamiento y la práctica de diseño, es decir, es posible medir las habilidades sociales de una persona bajo las dos perspectivas mencionadas. Hoy en día se dan una serie de contextos sociales que se separan por una barrera virtual, el mundo real es distinto y está dividido del mundo real, es así que con el resquebrajamiento de las relaciones sociales de las últimas décadas han generado consecuencias en las relaciones sociales resquebrajándolas porque los menores tanto varones como mujeres han estado presentando una serie de dificultades para tener contacto con personas de su edad, asimismo, la identificación con personajes virtuales puede generar conflictos existenciales e inconformidades con el físico, entre otros problemas.

Conforme con Jurevičienė, Kaffemanienė y Ruškus (2012) las habilidades sociales tienen componentes esenciales que se deben concebir como estructurales, estos generan diversas áreas que en conjunto generan elementos del comportamiento certero, los cuales le permiten al individuo reconocer señales sociales, reconocerlas para responder adecuadamente, así es que una persona se comporta recibiendo apoyo del medio ambiente para que sea el máximo. Las habilidades sociales se manifiestan en diferentes grados y estos les permiten a las personas interactuar con otras de una manera efectiva, por lo tanto, la comunicación elemental, comportamientos específicos, las maneras de interactuar y habilidades comunicativas son los componentes de las habilidades sociales. Complementariamente, las habilidades sociales también tienen áreas de expresión que son: (1) Habilidades básicas (lenguaje no verbal en general); (2) habilidades de interacción (solución de conflictos, respetar los turnos, inicio y cierre de conversación, interacción con superiores o gente que le ejerce autoridad a uno); (3) habilidades emocionales (tino, prudencia, asertividad, empatía, entre otros); (4) las habilidades cognitivas (percepción social, autoevaluación, comprensión de lineamientos y normas sociales, adaptabilidad a las situaciones).

De acuerdo con Braz, Del Prette y Fontaine (2013) si una persona no logra desarrollar

habilidades sociales durante la niñez, es en la adultez donde presentará una serie de dificultades para socializar e incluso establecer vínculos sólidos con otras personas; como resultado se tienen sujetos tímidos, cohibidos, notablemente parcos, en casos graves hasta ausentes en su entorno, dando como resultado personas que van desarrollando más de un conflicto emocional interior; por la razón antes mencionada, aun con dificultades en las primeras etapas de vida se pueden aprender las habilidades sociales, por lo cual, dependiendo del tipo de crianza se tienen niños parcos y por el contrario, también se pueden formar niños socialmente habilidosos. Las habilidades sociales son muy importantes para el progreso de toda persona porque se constituye como un factor generador de la calidad de vida, éxito y bienestar general con la mera existencia.

Según Tadjer et al. (2018) las habilidades sociales por lo general se conceptualizan como habilidades intrapersonales e interpersonales como la comunicación, trabajo en equipo y la inclinación a las acciones colaborativas. Respecto al campo educativo, los educadores son responsables de reforzar e inculcar habilidades sociales debido al beneficio del desarrollo del estudiante, además, estas son importantes para que se desarrollen los jóvenes en su entorno amical, estudiantil y familiar con asertividad. De acuerdo con el campo laboral, las habilidades técnicas fueron las únicas habilidades para laborar a partir de la revolución industrial, sin embargo, conforme han pasado los años, década tras década, los cambios en las industrias cada vez han necesitado más personas capacitadas, por consiguiente, las habilidades antes mencionadas se convirtieron pronto en insuficientes porque solas no garantizan un performance productivo, es en este punto donde surgen las habilidades sociales que complementan las habilidades técnicas.

Las habilidades sociales son una agrupación que involucran destrezas y capacidades, que intervienen para que una persona participe en su entorno socioafectivo; estas habilidades en conjunto permiten que toda persona enfrente el día a día contribuyendo al desarrollo de la sociedad; sus principales componentes son la asertividad, empatía, gestión de emociones,

asertividad y la autoestima. Por lo tanto, se debe comprender a las habilidades sociales como un conjunto de capacidades y destrezas que sirven para que un individuo se desarrolle, también se relacionen con otras personas para diferentes propósitos pero de la mejor manera, asimismo, estas involucran una serie de comportamientos tanto emocionales como cognitivos los cuales se soportan con lenguaje verbal y no verbal (Bances, 2019).

B. Enfoques

De acuerdo con Grover et al. (2020) las habilidades sociales se pueden estudiar de diferentes perspectivas, sin embargo, se debe tener en cuenta los aportes de cada modelo científico, adicionalmente de la forma para sintetizarlos. Las diferentes perspectivas de las habilidades sociales permiten profundizar en más de una perspectiva diferente de sus constructos. Se tipifican en los siguientes modelos: Definición, estos sirven para describir habilidades y competencias sociales, también mapean sus relaciones. Situacionales, en estos modelos se identifican las situaciones críticas, así como, también se estimulan el pensamiento acerca de habilidades sociales necesarias para situaciones específicas. Los modelos de proceso facilitan la comprensión de diferentes habilidades. Conjuntos de habilidades, estos otorgan una visión holística acerca de las diversas habilidades que funcionen en conjunto para el otorgamiento de interacciones sociales competentes. A continuación, se detallan los diversos índices sociodemográficos.

Modelos de definición: Según Rose-Krasnor (1997), las construcciones de las habilidades sociales de una persona permiten que estas sean capaces de generar consensos; según esta perspectiva existe especial atención en el nivel conceptual de naturaleza idiosincrática del contexto social en donde entra a tallar el estado de desarrollo actual, la cultura, género, entre aspectos sociodemográficos; este tipo de modelo a lo largo de las décadas pasadas, ha dejado preguntas importantes sin respuesta, específicamente, en la práctica este tipo de modelos no se clasifican en situaciones críticas particulares o se identifican grupos de

habilidades. El presente modelo compromete el comportamiento, lo social, emocional, cognitivo y bloques de competencia social; el nivel de habilidades es considerado originalmente como que estas vayan a alcanzar los niveles superiores con gran probabilidad; por lo tanto, una persona puede ser efectiva al reconocer sus logros sociales, más los tipos de logros sociales pueden afectar índices sociodemográficos más amplios.

El modelo situacional, también llamado como modelo de las situaciones clave, se orienta a circunstancias específicas, más no se orientan por la importancia de la situación en sí, El modelo analítico comportamental conforme a Goldfried y Zurilla (1969) es un modelo que hace alusión a procesos específicos para la operacionalización de la evaluación de competencias; el modelo situacional altera la situación que ya no es problemática, pero que a su vez produce el máximo número de consecuencias positivas, así como, el mínimo de consecuencias negativas; es posible evaluar el grado de competencia sopesando las posibles consecuencias positivas y negativas de cada comportamiento como respuesta frente a una situación en particular, sin embargo, en la realidad existen diversas maneras para responder a una situación y las respuestas, así que dichas respuestas pueden ser inferiores, o de promedio, incluso encontrarse a un nivel superior de competencia.

El modelo de los conjuntos o sets de habilidades se refieren a la capacidad de identificar grupos de habilidades sociales *Core* o básicas que se asocien con una respuesta social competente, ya que nótese como las habilidades sociales pueden ser siempre contextuales e incluso estas habilidades pueden llegar a suponer que existe un objetivo acordado del desempeño social (McFall, 1982). En general, los sets de habilidades sociales cumplen la función de listar áreas específicas para la evaluación e intervención de las personas. Conforme a pasado el tiempo, el estudio de los sets de habilidades se ha enriquecido como más inclusivo, dinámico y más contextual. Se debe precisar que los déficits ocurren en más de una o más áreas, lo que significa que la consecución de áreas múltiples necesitarían una intervención

efectiva, por lo tanto, el fomento de las habilidades sociales bajo este modelo se deben basar en el desarrollo del comportamiento (conductas moleculares, habilidades sociales generales incluyendo la capacidad para turnarse y el contacto visual), desarrollo cognitivo (precisión de la perspectiva, toma de decisiones y atribuciones diversas), por último, el desarrollo emocional (conocimiento y la regulación emocional) (Milligan y otros, 2017).

2.2.1.4. Tipos de Habilidades Sociales.

Según Goldstein et al. (1989), las habilidades sociales son estrategias para interactuar efectivamente y abordar situaciones sociales, clasificadas en:

- Habilidades sociales simples: escuchar, iniciar y mantener conversaciones, hacer preguntas, agradecer y expresarse.
- Habilidades sociales avanzadas: establecer y seguir normas, disculparse y persuadir a otros.
- Habilidades emocionales: reconocer y expresar emociones propias y ajenas.
- Habilidades alternativas a la confrontación: pedir permiso, negociar, autocontrolarse, responder a bromas, evitar conflictos y no pelear.
- Habilidades para manejar el estrés: responder a críticas, superar vergüenza, apoyar a un amigo, enfrentar frustraciones.
- Habilidades organizativas: tomar decisiones, establecer metas, recopilar información y concentrarse en tareas.

2.2.1.5. Componentes de las Habilidades Sociales.

Caballo (2005) identifica tres componentes clave en las habilidades sociales para el desarrollo social:

- Componente conductual: Incluye lo que una persona dice o hace al interactuar,

abarcando gestos, distancia, y voz (no verbales), así como preguntas y conversación (verbales).

- Componente cognitivo: Se refiere a conductas internas no visibles, como pensamientos, sentimientos y creencias.
- Componente fisiológico: Relacionado con respuestas corporales, como presión sanguínea y respiración.

2.2.1.6. Importancia de las Habilidades Sociales

Las habilidades sociales son esenciales para las personas, ya que facilitan interacciones y relaciones satisfactorias con los demás.

Roca (2014) menciona que la persona que posee habilidades sociales busca sus propios intereses y de las demás personas, además, sus intereses y sentimientos, tratando de resolver conflictos que podrían surgir, llegando a soluciones satisfactorias tanto para sí y demás personas.

Al desarrollar relaciones interpersonales incrementará el bienestar de la persona, ocurre lo contrario cuando hay déficit de habilidades sociales, siendo propensas a alteraciones psicológicas como la depresión, ansiedad y patologías psicosomáticas.

2.2.1.7. Consecuencias de Déficit de las Habilidades Sociales

El déficit de habilidades sociales se caracteriza por la falta de estilos de respuesta y estrategias que facilitan interacciones exitosas, y puede conllevar diversas consecuencias, tales como:

- Ansiedad en situaciones sociales.
- Baja autoestima.
- Rechazo por parte de grupos de iguales.

- Sentimientos de ineficacia personal.
- Dificultades para resolver conflictos.
- Temor a la evaluación negativa.
- Estrés.

Las personas con este déficit suelen manifestar tres tipos de respuestas:

1. Represión: Tienen a callar sus pensamientos o deseos por miedo al rechazo. Suelen ser sumisos, evitando la confrontación, lo que a largo plazo puede dañar su autoestima y dificultar la expresión de sus necesidades.
2. Agresividad: Expresan sus pensamientos y sentimientos sin considerar el impacto en los demás. Este comportamiento puede resultar en relaciones de dominio y falta de respeto mutuo.
3. Comportamiento pasivo-agresivo: Oscilan entre la pasividad y arrebatos de ira, lo que genera confusión en sus interacciones.

2.2.1.8. Dimensiones de las Habilidades Sociales

Las dimensiones de las habilidades sociales (EHS) permiten conocer las habilidades sociales y buscar alternativas para mejorarlas durante la vida universitaria en los estudiantes del I ciclo de estudios, se definen las habilidades sociales:

- Nivel de autoexpresión en situaciones sociales. Es la capacidad de exteriorizar las emociones de dar y recibir con coherencia en su contexto.
- Defensa de los propios derechos como consumidor. Es conocer los deberes y derechos dentro de los marcos normativos sociales.
- La expresión de enfado o disconformidad. Es la forma de expresar en las relaciones interpersonales lo correcto e incorrecto desde un punto de vista.

- Decir no y cortar interacciones. Es la capacidad de decir no cuando uno no está de acuerdo y cortar las interacciones, negarse a prestar algo cuando disgusta hacerlo.
- Hacer peticiones. Es la capacidad de solicitar o demandar algo frente a las necesidades, deseos dentro de la relación interpersonal.
- Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto. Es la capacidad de establecer las relaciones con el sexo opuesto para conversar o pactar una cita.
- Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto. Esta habilidad sirve para establecer interacciones con individuos del sexo opuesto para iniciar una conversación o pactar una cita; así mismo, halagar y compatibilizar.

2.2.2. Ansiedad

2.2.2.1. Definiciones.

La ansiedad es un sentimiento que surge de la combinación de síntomas fisiológicos y psicológicos, tiene que ver con el miedo, pánico, pavor, horror, preocupación, tensión, aprensión, entre otros. Desde 1920 se han estado realizando diversas aproximaciones teóricas para explicar su naturaleza. La ansiedad se constituye como una respuesta emocional ante diferentes situaciones en la vida diaria que genera interés, también tiene que ver con los cambios emocionales como la generación de interés o preocupación frente a un asunto en particular, también genera respuestas fisiológicas ante las emociones primarias como el miedo. (Sierra y otros, 2003).

Conforme a Álvarez – Hernández et al. (2013) la ansiedad posee un significado grande, porque permite el reconocimiento de todo evento en la vida de una persona, pero fuera del rango de sus constructos personales. Según Álvarez – Hernández et al. (2013) que cita a Navas (1989) concibieron a la ansiedad como: «Un estado emocional, por lo que hay una mezcla de sentimientos, conductas y reacciones o sensaciones físicas» (p. 181).

En otras conceptualizaciones de la ansiedad se tienen a Papalia Wendkos y Duskin (2009) como aquella condición emocional o física que se caracteriza por un sentimiento de incertidumbre, tensión y hasta preocupación; el sujeto afectado por lo general anticipa las amenazas que siente, sean reales o incluso imaginarias en casos más graves.

Según Spielberger y Díaz – Guerrero (1975) la ansiedad viene a ser una respuesta emocional desagradable a estímulos externos que la persona concibe como que ponen en peligro su tranquilidad o integridad sintiéndose amenazado, provocando así cambios de comportamiento e inclusive cambios fisiológicos.

Por último, es interesante mostrar la conceptualización que le dan Goncalves y Rodríguez (2015), los cuales identificaron que la ansiedad es un aspecto importante para la salud mental de toda persona porque esta comprende una serie de estados emocionales que generan diversos tipos de reacciones cuando toda persona es expuesta a una situación de amenaza o peligro en el peor de los casos; por lo tanto, estos autores a diferencia de otros aseveran que la ansiedad puede experimentarlo cualquier persona, sea en un grado leve o severo, en una situación cotidiana o común.

La ansiedad es de naturaleza adaptativa, sin embargo, puede tornarse grave y volverse patológica como resultado del desequilibrio de la persona dada la intensidad excesiva o continuidad de las emociones y reacciones, es así como, debe comprenderse que la ansiedad es algo complejo y no debe hablarse a la ligera de la misma, debido a que se puede estudiar desde diferentes áreas del saber cómo la psicología, sociología, filosofía, biología, entre otros (Goncalves y Rodríguez, 2015).

Respecto a la ansiedad y habiendo precisado diversas conceptualizaciones, se puede afirmar que la ansiedad sea mínima, moderada, inclusive patológica en los casos más graves, puede ser padecida por cualquier persona, siendo los estímulos, entorno, traumas de la niñez, estrés, problemas personales, entre otros asuntos los que la produzcan; adicionalmente, la

ansiedad tiene que ver con emociones y sentimientos y el nivel en que esta se produzca puede generar una serie de reacciones; es interesante comprender que muchos autores coinciden que la ansiedad desde la antigüedad ha sido estudiada por la reacción de las personas en situaciones de estrés, miedo e incluso amenaza de la propia vida. Por lo tanto, el estudio de la ansiedad y la amplitud de las perspectivas acerca de la misma por diversos campos del saber, hacen de esta un tema complejo, que en la presente investigación se orientará al campo psicológico.

2.2.2.2. Etiología

Según la etiología de la ansiedad descrita por Ávila et al. (2018), se distinguen dos formas:

1. Ansiedad endógena: Está relacionada con factores internos y biológicos, desarrollándose a partir de procesos somáticos y predisposiciones genéticas. Esta forma de ansiedad surge de cambios internos en el organismo.

2. Ansiedad exógena: Se origina a partir de estímulos externos y amenazas, como conflictos, tensión emocional, crisis de identidad, y problemas del entorno del individuo. Esto incluye dificultades laborales, fracasos sentimentales, problemas económicos, muertes y eventos vitales que provocan ansiedad.

2.2.2.3. Modelos Explicativos de Ansiedad

Contextualización

En conformidad con Spielberger (1972), Spielberg (1975), Gorsuch y Lushene (1982) la ansiedad estado y ansiedad rasgo son dos tipos de ansiedad, pero sus causantes difieren, en el caso de la ansiedad rasgo tiene componentes genéticos mientras que la ansiedad estado proviene de acontecimientos específicos por altos niveles de estrés.

La ansiedad fue teorizada objetivamente por Spielberger (1972), este autor menciona

una clara diferencia de la ansiedad estado y la ansiedad rasgo; la ansiedad estado es un estado emocional momentáneo, está presente en sentimientos subjetivos, esto se acompaña por hiperactividad en el sistema nervioso autónomo haciendo que la persona denote atención; este tipo de ansiedad se presenta por un tiempo prolongado, asimismo, adquiere el nombre de ansiedad aguda cuando tiene niveles elevados; algunos ejemplos de esta ansiedad son la ansiedad durante una exposición, entrevista o examen.

La ansiedad rasgo es la respuesta temperamental ante estímulos específicos por situaciones estresantes o no, en donde la persona a diferencia de la ansiedad estado, muestra actitudes ansiosas todo el tiempo, específicamente ocurre una aprensión a estas donde la persona mentalmente concibe el desarrollo de su vida cada vez que ocurran situaciones estresantes o no; por lo tanto, esta ansiedad adquiere la categoría crónica porque se asocia al trastorno de ansiedad, haciendo a la persona propensa a tener respuestas temperamentales ante la mayoría de situaciones de la vida que en los casos más graves hasta la situación más común o cotidiana resultará peligrosa para la persona con este tipo de ansiedad (Spielberger, 1972).

Conforme a la teoría del psicoanálisis, de acuerdo con Freud (1905), la ansiedad puede ser comprendida bajo tres perspectivas: La primera corresponde a la ansiedad real, esta ocurre en situaciones donde el yo se relaciona con el mundo externo, generando una reacción de advertencia para la persona como sentido de protección. La segunda es la ansiedad neurótica, la misma con impulsos reprimidos conforman el origen de la neurosis, generando reacciones anormales, asociando variadas e incluso todas las situaciones al peligro o el castigo. La tercera se refiere a la ansiedad moral, que en otras palabras es la vergüenza, esta ocurre cuando el superyo de la persona le amenaza dando posibilidad que el yo pierda el control sobre impulsos agresivos.

De acuerdo con la teoría conductual, según Hull (1921), Hull (1943) Hull (1952), la ansiedad ocurre como un impulso motivacional que compromete a la destreza del sujeto para

responder a estímulos específicos, es decir, se asocia a diversos estímulos condicionados o incondicionados los cuales generan respuestas emocionales; es así como la ansiedad se concibe como un estímulo discriminativo porque se genera a partir de un reforzador emocional. Por lo tanto, la ansiedad es una conducta que se aprende en un medio de observación y modelado, asimismo, es una problemática que puede afectar a una persona generando conductas de lucha también de huida.

La teoría cognitiva, según Beck (1976), es aquella en donde se tiene en consideración el paradigma de estímulo – respuesta para conceptualizar a la ansiedad; los procesos cognitivos ocurren a partir de una señal de aversión frente a algo en particular y como respuesta la persona tiene ansiedad; cuando una persona percibe diversas cosas en una situación procede a examinar, calificar y discrepar, sin embargo, cuando la situación se torna peligrosa la persona iniciaría un proceso de reacción, así como, también diversos procesos cognitivos generando la ansiedad como respuesta; cada situación similar producirá reacciones parecidas de ansiedad.

Enfoques de la ansiedad

A nivel psicológico la ansiedad tiene cuatro visiones base para su tratamiento científico, porque existen diversas escuelas tanto clínicas como experimentales para explicar un fenómeno tan complejo que es la ansiedad (Ansorena y otros, 1983). A continuación, se muestran los cuatro principales teorías para el estudio de la ansiedad:

Psicodinámica y humanística: Se basa en la teoría de Freud (1905), en este enfoque se concibe a la ansiedad como una condición mental que se caracteriza por una dimensión motora y otra dimensión de malestar percibido por una persona en particular, lo mencionado produce la incapacidad del yo para que se repriman impulsos que normalmente le parezcan a uno inadmisibles. Hoy en día es muy difícil reconstruir la concepción concreta del término ansiedad con base en este enfoque, sin embargo, de este enfoque irradian las corrientes teóricas Humanista y Existencialista que se acercan más a una visión filosófica.

Experimental motivacional: Dicho enfoque se basa en lo mencionado por Hull (1921), Hull (1943), Hull (1952) entre otros autores de la época; estos consideran que la ansiedad es un drive emocional, es decir, es un elemento de la psicología de la persona que le otorga a la persona la capacidad de una persona para emitir una serie de respuestas a diversos estímulos. Así que la ansiedad es el resultado de la relación de una tarea con un grado de dificultad para ejecutarla; así que, indudablemente una respuesta condicionada sencilla es aprendida con mayor facilidad por aquellos con niveles de ansiedad altos, sin embargo, las personas que demoran en aprender una respuesta condicionada sencilla son aquellas con niveles de ansiedad menores, es interesante saber que en el caso de tareas de un mayor grado de complejidad esto es al revés que puede ser comprobada de manera experimental para la delimitación y generación del constructo ansiedad propiamente dicho. A partir de este enfoque se ha podido experimentar con los diversos niveles de ansiedad, asimismo, se sentaron las bases para identificar elementos cognitivos, intervinientes y extintores de la ansiedad.

Psicométrico – factorial: Este enfoque se construyó a partir de los años 60 en donde los primeros escritos de Cattell y Scheier (1961), Cattell (1966), Spielberger (1972), marcaron la pauta para estudiar de otra forma a la ansiedad, este enfoque tomo la experiencia del enfoque de psicodinámica y humanística y el enfoque experimental motivacional que durante varios estudios acerca del neuroticismo se vinculó a la ansiedad, identificando la presencia de la ansiedad como dos factores relativos, los cuales son ansiedad estado y ansiedad rasgo. La ansiedad estado es un factor que se caracteriza por la identificación de diversas respuestas que se relacionan entre sí, que tomadas en conjunto se definen como ansiedad que puede ser medida por diversos procedimientos, sin embargo, los teóricos de este enfoque se inclinan por el uso de cuestionarios.

Por otro lado, cuando la ansiedad estado se hace consistente a lo largo del tiempo se origina la ansiedad rasgo que forma parte de la personalidad del sujeto, así como, la ansiedad

estado, la ansiedad rasgo puede ser medida con cuestionarios. Un punto interesante de este enfoque es que tiene el sentido donde prima la información general de grandes muestras mas no las características específicas de personas específicas. Adicionalmente, con este enfoque se identificaron las operaciones tanto cognitivas y conductuales que tienden a reducir los niveles de ansiedad estado en las personas ante toda interpretación cognitiva de algo, los cuales son la reinterpretación del estímulo, evitación de la situación, nueva emisión de conductas de defensa.

Cognitivo – conductual: Este enfoque no solo se ha guiado y ha pulido aspectos de los tres enfoques anteriores, debido a que presta especial atención en determinar cada relación específica entre los estímulos que producen las respuestas de ansiedad. Lazarus (1984) y otros representantes en paralelo a los trabajos de Spielberger (1972), llegaron a acuñar el siguiente concepto, *stress* como el estímulo – respuesta, se caracteriza como la circunstancia externa en donde una persona en particular supone una demanda inusual o extraordinaria. El *stress* tiene cuatro tipos de reacciones básicas, estas son: (i) Autoinformes de las emociones disfóricas como el miedo, ansiedad, ira, entre otras. (ii) Cambios no apropiados del funcionamiento cognitivo. (iv) Cambios de naturaleza fisiológica. A su vez, el *stress* tiene cuatro elementos de respuesta los cuales son: (i) Antecedentes de la situación. (ii) Mediadores psicológicos. (iii) Expresiones diversas orientadas al enfrentamiento o confrontación. (iv) Respuestas variadas destinadas al enfrentamiento o confrontación.

Relación de la ansiedad estado y la ansiedad rasgo

Respecto a la ansiedad estado – rasgo, la evaluación y de la situación y la persona son importantes para precisar los niveles de estado de ansiedad, de hecho, el rasgo de ansiedad y una situación estresante son congruentes para la evocación en el estado de ansiedad. La ansiedad estado – rasgo es conceptualizada bajo una perspectiva dimensional vs. categórica; donde la ansiedad debe ser comprendida como un constructo multidimensional que deben estudiarse en conjunto tanto teóricamente como en la práctica para su evaluación (Endler y

Kocovski, 1999).

La ansiedad estado – rasgo marca en una persona diferentes aspectos de su ansiedad, por lo tanto, estas no son iguales, es así como puede representar una amenaza al entorno de toda persona debido a que, de pasar de algo controlable a algo mucho peor, un mal psicológico con componentes mediados genéticamente. Afortunadamente, la ansiedad estado y ansiedad rasgo se encuentran relacionadas porque la ansiedad rasgo es expresada mediante niveles de ansiedad estado según circunstancias amenazantes representando así un proceso de interacción entre un factor de vulnerabilidad genética (ansiedad rasgo) y un factor estresante ambiental (ansiedad estado). La ansiedad estado es influenciada de sobremanera por factores ambientales, tanto en hombres y mujeres, mientras que la ansiedad rasgo muestra factores genéticos moderados y efectos ambientales sustanciales no compartidos, por lo tanto, se asocian más no se pueden explicar en los mismos términos porque su origen es diferente (Lau y otros, 2006).

Existe un debate respecto a si la ansiedad puede ser evaluada como un constructo unidimensional o multidimensional, sin embargo, una visión unidimensional supone una ansiedad con rasgos únicamente generales los cuales predisponen a las personas a una serie de variaciones en el estado de ansiedad para variadas situaciones que amenacen su integridad, pero una visión multidimensional permite identificar que hay una serie de características ambientales y genéticas que pueden predisponer a las personas a tener un estado de ansiedad temporal o en su defecto por toda la vida; por lo tanto, la ansiedad rasgo y la ansiedad estado están relacionadas por lo general en casos de amenaza interpersonal, mas pueden diferir en caso de amenaza física (Leal y otros, 2017).

2.2.2.4. Principales Teorías de la Ansiedad

A continuación, se mencionan teorías sobre la ansiedad, así como, la síntesis de sus argumentos centrales.

- Enfoque psicoanalítico. El máximo representante de este enfoque fue Freud (1905) que entre 1892 y 1917, citado por Sierra et al. (2003) se precisó frente a la ansiedad como si fuera la angustia; la evolución de este estudio se denominó como: angustia real, angustia neurótica, excitabilidad general y espera angustioso, entre otras para mencionar diversos procesos psíquicos que esta podría provocar; para Freud la ansiedad generaba problemas sexuales y agresivos.
- Enfoque conductual. El enfoque conductual siempre propone una contraparte y nueva perspectiva que el enfoque psicoanalítico.

Aquí ya no se define la ansiedad como una lucha de fuerzas internas o un estado afectivo desagradable, sino que lo harán desde una concepción ambientalista Sierra et al. (2003) que citaron a Hull (1921, 1943, 1952) conceptualizaron a la ansiedad como «una reacción motivacional responsable de la capacidad de la persona para responder ante un estímulo específico» (p. 24). Por lo tanto, se habla acerca de la ansiedad haciendo énfasis en los términos de miedo y temor, en el condicionamiento, en los estímulos condicionados o incondicionados, en la ansiedad conductual, en el refuerzo positivo y negativo, en el aprendizaje por observación, entre otros.

- Enfoque cognitivo. El enfoque cognitivo plantea un desafío al estudiar la ansiedad como un simple estímulo-respuesta. Según Sierra et al. (2003), citando a Beck (1976), Lazarus (1984) y Meichenbaum (1977), se subraya la relevancia de los procesos cognitivos, donde el individuo percibe, evalúa y valora la situación. Si esta evaluación resulta amenazante, se desencadenará una reacción de ansiedad, modulada por otros procesos cognitivos.
- Enfoque psicométrico factorial. Catell (1966) es uno de los pioneros en este enfoque que dice que la ansiedad es un estado consistente a lo largo del tiempo que se denomina «ansiedad rasgo» y se constituye en uno de los factores integrantes de la personalidad

del sujeto. Según De Ansorena et al. (1983) que citaron a Cattell y Scheier (1961), «la distinción de la ansiedad implica que se entienda como un estado emocional transitorio, mientras que la ansiedad rasgo es un rasgo de personalidad estable asociado con manifestaciones de ansiedad estado» (p. 35). Adicionalmente, para Eysenck y Derakshan (1997), cuando una persona experimenta ansiedad, esta experimenta tanto un estímulo incondicionado como una respuesta nociva a la respuesta incondicionada (p. 598).

Según Silva et al. (2016) que citaron a Spielberger y Díaz-Guerrero (1975):

«Que la ansiedad-estado es un estado emocional transitorio del organismo que se caracteriza por sentimientos de tensión y aprensión subjetivos conscientemente percibidos, y por un aumento de la actividad del sistema nervioso autónomo y que pueden variar en intensidad y fluctuar mediante el tiempo» (p. 254).

2.2.2.5. Ansiedad Patológica vs. Ansiedad no Patológica

Ansiedad patológica

La ansiedad patológica es una reacción del organismo que ha superado los límites del control en la persona que interfiere el funcionamiento normal y baja el rendimiento adecuado en sus actividades cotidianas, según Fernández, la ansiedad patológica es cuando la ansiedad alcanza cierto nivel o supera la capacidad de adaptación de una persona, se vuelve patológica y provoca síntomas severos de malestar que afectan a nivel físico, psicológico y conductual. Los trastornos de ansiedad son más comunes que cualquier otra forma de enfermedad mental. Sin embargo, a menudo se ignoran y, por lo tanto, no se tratan.

Ansiedad no patológica

La ansiedad es normal dentro de ciertos límites de control frente a diversas actividades, según Sierra et al. (2003) quienes citan a Fernández, dice: «la ansiedad es la más común y universal de las emociones, es una sensación o un estado emocional normal ante determinadas situaciones y que constituye una respuesta habitual a diferentes situaciones cotidianas estresantes» (pág. 1).

2.2.2.6. Dimensiones de la Ansiedad

Ansiedad estado

La ansiedad estado es inmediata y se modifica con el tiempo, depende de las circunstancias presentes en las personas. Según Silva et al. (2016) que citaron a Spielberger y Díaz – Guerrero (1975):

Es un estado emocional inmediato que puede cambiar con el tiempo y se caracteriza por una combinación única de excitabilidad, preocupación, tensión, cambios fisiológicos y cognitivos que es la percepción subjetiva del individuo, así como, la activación del sistema nervioso autónomo en cuanto a una respuesta ambiental. Por lo tanto, esta ansiedad es

momentánea y atribuida a la situación y no es propia del organismo (p. 254).

Ansiedad rasgo

La ansiedad rasgo son las características individuales estables de disposición que tiene la persona, según Spielberger y Díaz – Guerrero (1975), son las diferencias individuales relativamente estables que son parte de la personalidad. A diferencia del estado de ansiedad, el rasgo no se manifiesta directamente en el comportamiento y debe inferirse de la frecuencia con la que los individuos experimentan estados de ansiedad elevados. En este sentido, las personas con un rasgo de ansiedad alto perciben una gama más amplia de situaciones como amenazantes y es más probable que experimenten un estado de ansiedad con mayor frecuencia o intensidad. Por lo tanto, se entiende que la ansiedad rasgo es parte del temperamento.

2.2.3. Términos Básicos

- **Habilidades sociales.** Caballo (2005) indica que Las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en contextos individuales o interpersonales, expresando de manera adecuada sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos según la situación.
- **Nivel de autoexpresión en situaciones sociales.** Es la capacidad de exteriorizar las emociones de dar y recibir con coherencia en su contexto.
- **Defensa de los propios derechos como consumidor.** Es conocer los deberes y derechos dentro de los marcos normativos sociales.
- **La expresión de enfado o disconformidad.** Es la forma de expresar en las relaciones interpersonales lo correcto e incorrecto desde un punto de vista.
- **Decir no y cortar interacciones.** Es la capacidad de decir no, cuando uno no está de acuerdo y cortar las interacciones, negarse a prestar algo cuando disgusta hacerlo.
- **Hacer peticiones.** Es la capacidad de solicitar o demandar algo frente a las necesidades,

deseos dentro de la relación interpersonal.

- **Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto.** Esta habilidad sirve para establecer interacciones con individuos del sexo opuesto para iniciar una conversación o pactar una cita; así mismo, halagar y compatibilizar.
- **Ansiedad estado.** Es transitorio como resultado de una interpretación de algo peligroso o amenazante que se caracteriza por sentimientos subjetivos según Ries (2012) que citó a Spielberger (1972) que la «ansiedad estado es inmediata, modificable en el tiempo, caracterizada por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos» (pág. 9).
- **Ansiedad rasgo.** Es característico de la personalidad que experimenta a lo largo de la vida que percibe situaciones como peligro o amenazantes de manera habitual, Ries (2012) que citó a Spielberger (1972) dice que la «ansiedad rasgo hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo estas una disposición, tendencia o rasgo» (pág. 9).

2.3. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis General

Existe relación estadística significativa y positiva entre habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.

2.3.2. Hipótesis Específicas

- Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.

- Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de defensa de los propios derechos como consumidor y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de la expresión de enfado o disconformidad y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de decir no y cortar interacciones y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.
- Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.

2.4. Variables

A continuación, se presentan las definiciones conceptuales de las variables de investigación:

Variable 1 – Habilidades sociales: Para Gismero (1999) son «las habilidades sociales como una colección de respuestas verbales y no verbales autónomas y definidas, mediante que los seres humanos las expresan en un lugar determinado respetando las necesidades de todos.

Variable 2 – Ansiedad: La ansiedad es la reacción emocional que se da cuando un individuo percibe una situación de peligro o amenazante, así manifiestan Spielberger y Díaz – Guerrero (1975).

La ansiedad estado (E/A) se refiere a los niveles actuales de ansiedad inducidos por situaciones específicas, caracterizándose como una condición emocional transitoria con sentimientos de tensión y una hiperactividad del sistema nervioso autónomo. Por otro lado, la ansiedad rasgo (A/R) es una propensión estable y relativa a percibir situaciones como amenazadoras, lo que influye en el nivel de ansiedad estado (A/E). La A/R se manifiesta como disposiciones latentes, activadas por estímulos en el entorno, reflejando experiencias pasadas que predisponen a interpretar el mundo de una manera particular y a responder de ciertas maneras.

En conclusión, los sujetos con elevada ansiedad-rasgo presentan mayor ansiedad-estado y son más propensos a responder con un aumento de ansiedad-estado en situaciones que impliquen alguna amenaza a la autoestima.

Seguidamente, se tienen las definiciones operacionales Variable 1 – Habilidades sociales.

Para la variable habilidades sociales se utilizó la Escala de habilidades sociales (EHS) de Gismero (1999), que está basada en la teoría de habilidades sociales de Caballo, que evalúa la aserción y las habilidades sociales, la aplicación puede ser individual o colectiva, es para adolescentes y adultos, el tiempo de duración es de 10 a 15 minutos aproximadamente y la puntuación se categoriza en nivel bajo (0-25), nivel medio (26-74) y el nivel alto (75 a más); la finalidad de este test es evaluar la aserción y las habilidades sociales con las que cuenta el individuo y tiene como objetivo ubicar las áreas que en una interacción social generan más problemas.

Variable 2 – Ansiedad.

Esta variable se midió mediante el Cuestionario de ansiedad estado rasgo (STAI) de Spielberger et al. (1982) basada en la teoría de ansiedad estado rasgo, su aplicación es de forma individual, apta para adolescentes y adultos, el tiempo de duración es de 15 a 20 minutos

aproximadamente, la calificación de la prueba se realiza con una plantilla que tiene un indicador de la respuesta.

2.4.1. Operacionalización de las variables

Tabla 1

Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Habilidades sociales	Según Gismero (1999), «es un conjunto de respuestas verbales y no verbales, parcialmente independientes, en situaciones específicas, mediante que un individuo expresa en un contexto interpersonal, sus sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva	Las habilidades sociales se midieron mediante la (EHS, Escala de habilidades sociales de Elena Gismero González. Basada en la teoría de habilidades sociales de Vicente E. Caballo y la puntuación se categorizará en Nivel bajo (0-25), Nivel medio (26-74), Nivel Alto (75 a más).	D.1: Autoexpresión en situaciones sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Miedo a ser estúpido. • Dificultad para telefonar, guardar opiniones. • Guardar opiniones para sí mismo • Evitar reunirse por miedo. • Dificultad para expresar sentimientos. • Al buscar trabajo, prefiere cartas de presentación en vez de entrevistas • Se molesta cuando alguien del sexo puesto le dice que le gusta algo de mi físico. • Dificultad para expresar su opinión al público. 	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28, 29	Categorico ordinal

y de manera no aversiva, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el autorreforzamiento y maximiza las posibilidades de conseguir refuerzo externo».

Según Gismero (1999) es la «colección de respuestas verbales y no verbales autónomas y definidas, donde los seres humanos expresan en un lugar determinado respetando las necesidades de cada uno».

D.2: Defensa de los propios derechos como consumidor

- Al comprar un objeto, ve un defecto va y lo devuelve.
- Si lo atienden a alguien después que llegue se queda callado.
- Si alguien le molesta en algún sitio le pide que se calle.

3, 4, 12, 21 y
30

Categorico
ordinal

	<ul style="list-style-type: none"> • No regatea. Se hace que no se da cuenta. • No actúa 		
D.3: Expresión de enfado o disconformidad	<ul style="list-style-type: none"> • No expresa opiniones opuestas a amigos. • Dificultad para expresar enfado a familiares. • Dificultad para expresar emociones negativas a alguien del sexo opuesto. • Evita conflictos callándose con las personas. • Dificultad para rechazar a vendedores. • Dificultad para cortar llamadas a amistades cuando uno está apurado. 	13, 22, 31 y 32	Catagórico ordinal
D.4: Decir no y cortar interacciones	<ul style="list-style-type: none"> • Disgusto por prestar cosas • Dificultad para interrumpir a amistades que hablan mucho. • Dificultad para expresar negativa de volver a salir con una persona. • Dificultad para rechazar a las personas que llamen muchas veces 	5, 14, 15, 23, 24 y 33	Catagórico ordinal

D.5: Hacer peticiones	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para pedir de vuelta cosas prestadas. • Dificultad para reclamar demora en un restaurante. • Dificultad para pedir vuelto después de una transacción • Dificultad para recordar préstamos a amistades. • Dificultad para pedir favores a amistades • Desconocimiento para tratar con personas del sexo opuesto. 	6, 7, 16, 25 y 26	Categórico ordinal
D.6: Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	<ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para expresarse ante halagos. • Dificultad para halagar a personas que le atraigan • Iniciativa para interactuar con personas del sexo opuesto • Dificultad para pedir una cita a alguien que le interese 	8, 9, 17, 18 y 27	Categórico ordinal

					Escala normal: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38, 40	Catagórico ordinal
Ansiedad	Spielberger (1972), menciona que es una reacción exaltada recordada cuando una persona llega a sentir que está atravesando por un acontecimiento definido como amenazante, esto aun cuando no hay riesgo presente.	Es un estado emocional que consiste en reacciones de miedo o aprensión anticipatorios de peligro o amenazas, acompañados de activación del sistema nervioso autónomo.	Ansiedad rasgo	<ul style="list-style-type: none"> • Tensión • Nerviosismo • Preocupación • Aprensión 	Escala invertida: 21, 26, 27, 30, 33, 36, 39	
			Ansiedad estado	<ul style="list-style-type: none"> • Tensión transitoria • Aprensión transitoria • Nerviosismo transitorio • Preocupación transitoria 	Escala normal: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18 Escala invertida 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20	Catagórico ordinal

Capítulo III

Diseño Metodológico

3.1. Método de Investigación.

La base metodológica de esta investigación se basó en el método científico conforme a Sánchez et al. (2018), asimismo, se aplicó el método específico hipotético deductivo; según Sánchez et al. (2018), porque a partir de las hipótesis de investigación que se formularon se infirió acerca de la obtención de datos, razón por la que se sometieron a la verificación empírica para comprobar su veracidad por medio del análisis inferencial con la contrastación de las hipótesis que se plantearon.

3.2. Tipo de investigación

Según Hernández et al. (2014), la investigación se clasifica como cuantitativa debido a la recopilación de datos que permite medir y analizar numéricamente, estableciendo patrones de comportamiento y probando teorías. Utilizando procedimientos de medición, el estudio se centra en el análisis de la realidad. Además, se considera transversal, ya que los datos se recolectaron en un momento específico.

3.3. Nivel de Investigación

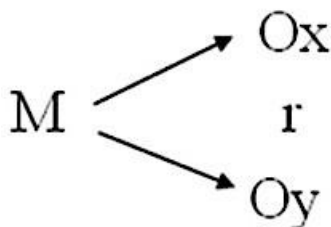
Acorde con Hernández et al. (2014) el nivel de investigación correlacional corresponde cuando se tiene la necesidad de identificar el grado de relación que tienen dos o más variables; por lo tanto, con este trabajo de investigación se determinó la relación de las variables de investigación (habilidades sociales y ansiedad estado – rasgo).

3.4. Diseño de Investigación

De acuerdo con Hernández et al. (2014) el diseño es el plan o estrategia que se desarrolla para obtener la información que se requiere para responder al planteamiento de un estudio, en ese sentido, existen diseños de investigación experimental cuando la variable se manipula y no experimental cuando la variable no se manipula y se observa tal cual en la realidad. Adicionalmente, una investigación puede ser longitudinal o transversal, porque se recolectaron datos en varios momentos de tiempo o, en un tiempo único respectivamente.

Conforme con Sánchez et al. (2018), en esta investigación se utilizó un diseño no experimental porque fundamentalmente las variables no fueron controladas y se observaron en su realidad objetiva.

En esta investigación, se empleó un diseño no experimental correlacional y transversal. Esto implica que las variables no fueron manipuladas, sino que se observaron en su contexto real. Además, se buscó identificar el grado de relación entre las dos variables, con datos recolectados en un momento específico.



En donde M representa la muestra de estudiantes de primer ciclo de un instituto de educación superior privado de Huancayo. «Ox» hace referencia a la variable habilidad sociales, adicionalmente, «Oy» se refiere a la variable ansiedad estado – rasgo.

Conforme con Hernández et al. (2014) una investigación puede ser básica o aplicada, es básica cuando su objetivo es crear o desarrollar conocimiento teórico; es aplicada cuando el objetivo es solucionar un problema en una realidad determinada. Según Landeau (2007) el tipo de investigación según su finalidad es teórica, básica o pura; porque se fundamenta en un

argumento teórico, cuya intención es desarrollar una teoría y tiene como finalidad crear un conocimiento teórico sin preocuparse de su aplicación. Por lo tanto, la presente tesis fue aplicada.

3.5. Población y Muestra

3.5.1. Población

En concordancia con Hernández et al. (2014), una población representa la cantidad de casos por estudiar en una investigación en particular y abarca a todos los casos según características específicas, asimismo poseen características comunes. Con base en lo mencionado en los párrafos anteriores, en esta investigación se consideró como población a los 941 estudiantes entre los 16 y 20 años, de ambos sexos y de todas las carreras, que no tengan alguna comorbilidad y que se encuentren cursando el primer ciclo de un instituto de educación superior privado de Huancayo.

3.5.2. Muestra

De acuerdo con Arias (2012) «la muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible» (p. 83); según Tamayo (2004) la muestra es la agrupación de operaciones que se ejecutan para analizar la distribución de caracteres específicos en función de una población universo o colectivo partiendo de la observación de una fracción de la población considerada; la muestra para Balestrini (2006) se define como una parte o subconjunto de la población.

En el caso de esta investigación se consideró una muestra probabilística, porque la elección de los sujetos de estudio tuvo la misma probabilidad de ser elegidos, pero no fue por el criterio del investigador, esta muestra fue un grupo representativo de la población, asimismo, no se dispuso de los recursos suficientes para encuestar a toda la población. Por lo expuesto, la

muestra de esta investigación abarcó estudiantes de ambos sexos que se encuentran cursando el primer ciclo en un instituto de educación superior privado de Huancayo.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes entre 16 a 20 años
- Estudiantes de ambos sexos
- Estudiantes de primer ciclo de un instituto de educación superior privado
- Estudiantes que firmen el consentimiento o asentimiento informado

Criterios de exclusión:

- Estudiantes de ciclos mayores
- Estudiantes que presenten algún diagnóstico psicológico
- Estudiantes que no deseen participar de la investigación
- Estudiantes cuyos cuestionarios se encuentren incompletos

Se realizó la selección de la muestra de tipo probabilística, considerando el total de la población y la siguiente fórmula en conformidad a Hernández et al. (2014):

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

$$n = \frac{0.95^2 \times 0.5 \times 0.5 \times 941}{0.05^2 \times (1156 - 1) + (Z^2 \times p \times q)} = 273$$

Donde se tiene: Z (nivel de confianza de la muestra al 95 %); p (proporción de la población con el atributo buscado 5:5); q (1-p); (proporción de la población sin el atributo buscado); N (tamaño de la población estimada que asciende a 1 009 usuarios); e (error estándar aceptado).

3.6. Técnicas de Muestreo

Conforme con Hernández et al. (2014) un muestreo probabilístico demanda el cálculo

de una muestra probabilística en donde todos los elementos poblacionales tengan la misma probabilidad de ser elegidos, por lo tanto, en esta tesis se consideró un muestreo probabilístico.

La muestra estuvo conformada por los siguientes alumnos:

Tabla 2

Muestra de estudiantes del instituto de educación superior privado

Programa de estudios*	Encuestados (n = 273) **
Administración de Empresas	27.8 % (76)
Administración de Negocios Bancarios y Financieros	4.4 % (12)
Diseño Gráfico Publicitario	9.2 % (25)
Diseño de Modas	5.5 % (15)
Diseño de Interiores	5.9 % (16)
Contabilidad	2.9 % (8)
Desarrollo de Sistemas de la Información	16.8 % (46)
Gestión de la Construcción	4 % (11)
Gastronomía	23.4 % (64)

*Se refiere a las carreras de la institución educativa que se escogieron para la investigación.

** Representa a la muestra probabilística.

3.7. Técnicas de Recolección y Análisis de la Información

3.7.1. Técnica de Recolección de Datos

La recolección de información fue ejecutada por entera responsabilidad de los tesisistas, quienes aplicaron las pruebas psicológicas a la muestra determinada de manera presencial. Conforme con Hernández et al. (2014), una técnica involucra una serie de estrategias y procedimientos para el acopio de datos en entornos naturales o cotidianos de las personas o unidades de análisis de una investigación; la encuesta es una técnica porque se obtiene información de primera mano de un grupo de personas mediante una serie de preguntas basadas en una escala para su fácil estandarización, muy diferente a la entrevista que se compone de preguntas abiertas, por lo tanto, en esta tesis la técnica de recolección de datos que se utilizó fue la encuesta.

3.7.2. Instrumentos de Recolección de Datos

Según Hernández et al. (2014), un instrumento de recolección de datos es un formato físico, incluso virtual que consta de preguntas estandarizadas para evaluar la percepción, valoración de las personas frente a un tema, asunto, variable en particular; habiendo escogido la técnica de la encuesta, se aplicó como instrumentos de recolección de datos las pruebas psicométricas: La Escala de Habilidades Sociales (EHS) y STAI para medir la ansiedad estado - rasgo.

3.7.2.1. Habilidades Sociales (EHS)

El instrumento de recolección de datos que se utilizó para medir las habilidades sociales en la muestra objetivo de la investigación fue el cuestionario estandarizado EHS, por lo tanto, se adaptó el cuestionario redactado por Ruiz et al. (2008) que fue desarrollado originalmente por Gismero (2006), que cumplió con los criterios de confiabilidad y validez; el coeficiente alfa de Cronbach para 33 ítems estandarizados fue igual a 0.88.

El instrumento utilizado para medir las habilidades sociales es la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Elena Gismero Gonzáles, desarrollada en 2006 y adaptada en Trujillo por Ruiz et al. (2008). Aplicable de forma individual o colectiva, se completa en aproximadamente 10 a 15 minutos, siendo adecuado para adolescentes y adultos.

La EHS consta de 33 ítems: 28 reflejan déficit en habilidades sociales y 5 lo hacen en un sentido positivo. Ofrece 4 alternativas de respuesta, que van desde "no me identifico en absoluto" hasta "muy de acuerdo". La puntuación se asigna de la siguiente manera: se otorgan 4 puntos a la respuesta "no me identifico en absoluto" y 1 punto a "muy de acuerdo".

Para obtener el resultado final, se suman los puntajes directos de las 6 subescalas, los cuales se transforman a baremos establecidos por el instrumento. Un mayor puntaje indica una mayor expresión de habilidades sociales y capacidad de aserción en diferentes contextos.

Respecto a la validez y confiabilidad de este instrumento, este contó con validez de constructo y contenidos desarrollados por el Ps. César Ruiz en una población de Trujillo, utilizando una muestra de 770 adultos y 1015 jóvenes; los índices que orientan la correlación de los resultados del análisis factorial son el 0.74 para adultos y 0.70 para jóvenes en el factor IV. En cuanto a la confiabilidad, el instrumento demostró una consistencia interna alta, con un coeficiente de confiabilidad de alfa ($\alpha = 0.88$), considerado muy alto, ya que manifestó que el 88 % de la varianza total tiene una correlación común.

3.7.2.2. STAI (*State – Trait Anxiety Inventory*)

La evaluación de la ansiedad estado y rasgo se realizará mediante el cuestionario estandarizado STAI, desarrollado originalmente por Spielberger et al. (1982) y adaptado al español por la Editorial TEA. Este instrumento consta de 40 ítems, con un coeficiente alfa de Cronbach que varía entre 0.84 y 0.93, lo que indica buena validez y confiabilidad.

El STAI evalúa dos conceptos independientes de ansiedad:

1. Ansiedad como estado (A-E): Se refiere a una condición emocional transitoria y se evalúa a través de 20 ítems que preguntan sobre el estado emocional "ahora mismo".
2. Ansiedad como rasgo (A-R): Representa una tendencia relativamente estable a experimentar ansiedad, evaluada a través de otros 20 ítems con un marco temporal de "en general".

Cada ítem se responde en una escala Likert de 4 puntos, con puntuaciones totales que oscilan entre 0 y 60. Para la calificación, algunos ítems son redactados de manera directa, donde un puntaje alto indica un alto nivel de ansiedad, mientras que otros son inversos, donde un puntaje alto indica un bajo nivel de ansiedad.

El inventario ha demostrado niveles adecuados de validez y fiabilidad en diversos contextos internacionales, con una muestra adaptada de 120 adultos (96 mujeres y 24 hombres)

reportando índices de ajuste aceptables y garantizando la validez de contenido y la relevancia de los ítems.

3.8. Aspectos Éticos

La investigación fue evaluada y aprobada por el Comité de Ética en Investigación de la Universidad Continental, posterior a la aprobación se recopilaron los datos. Los datos cumplieron con los protocolos éticos para su recojo, tales como: la autorización de la institución y consentimiento informado de cada participante, con lo que se garantizó la confidencialidad de estos con fines académicos y de buen uso para la institución en mención. Adicionalmente, se agradece a la institución por la autorización para realizar la investigación en su sede, se precisó la promesa de entrega de un ejemplar del proyecto finalizado. Esta investigación se llevó a cabo gracias al cumplimiento de principios muy importantes:

Según el Reglamento General de Investigación de la Universidad Continental (2022), que fue aprobado con Resolución N.º 2427-2022 esta tesis se llevó a cabo de acuerdo con el literal h del artículo 6.º del reglamento mencionado, de manera que se cumplió con la integridad científica y ética durante el desarrollo del trabajo, asimismo, se tuvo responsabilidad social y medioambiental.

Adicionalmente, esta investigación se realizó con base al Principio de Beneficencia y no Maleficencia, de acuerdo al M3 (2017), es así que en este trabajo se aseguró el bienestar de los estudiantes participantes, asimismo, las conductas que tomaron las investigadoras no incurrieron en ningún daño personal, psicológico ni moral en los participantes de la investigación (investigados) y en su defecto tampoco se afectaron a terceros; adicionalmente las investigadoras se centraron en maximizar los beneficios de este trabajo gracias a la obtención de datos fidedigna y responsable.

La presente investigación también se desarrolló con base al principio de justicia,

conforme a Richaund (2007), ya que se tuvo en cuenta la distribución igualitaria de los beneficios y riesgos de llevarla a cabo en un grupo específico de personas, es así como no se afectó a la población vulnerable, además se imposibilitó la elección indebida de los participantes del estudio debido a que se aplicó un muestreo probabilístico.

Seguidamente, este trabajo se concluyó exitosamente cumpliendo el principio ético del respeto, según Richaund (2007), ya que se dio gran importancia a las personas, permitiendo que las personas de la muestra formen parte de la investigación siendo informados previamente y motivados para su participación en el estudio.

3.9. Técnicas de Análisis de Información

En esta investigación se obtuvo datos para ser presentados de manera cualitativa mediante un informe cuantitativo mediante el programa estadístico SPSS 24. Se realizó el análisis estadístico descriptivo de las variables, llegando posteriormente a la fase inferencial, donde se llevó a cabo las pruebas de las hipótesis, previa evaluación del tipo de distribución de las variables de estudio, en todos los casos, las pruebas estadísticas de hipótesis se realizaron con un nivel de significancia del $\alpha = 0.05$ y un intervalo de confianza al 95 %, cuando el valor p resulte menor a 0.05 se concluirá en afirmativa la hipótesis alterna o de estudio.

Capítulo IV

Resultados y Discusión

4.1. Presentación de Resultados

4.1.1. Análisis Estadístico Descriptivo.

A. Confiabilidad de los instrumentos

A continuación, se muestra la confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos que se aplicaron para evaluar las variables de investigación; por lo tanto, se confirmó que los instrumentos que se aplicaron en la realidad objetiva fueron de gran confiabilidad.

Tabla 3

Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos

Instrumento	Número de ítems	Coeficiente alfa de Cronbach*
Escala de las habilidades sociales (EHS)	33	0.910
STAI – Escala de ansiedad estado	20	0.889
STAI -Escala de ansiedad rasgo	20	0.875

*Un coeficiente de confiabilidad igual o mayor a 0.80 es aceptable en las ciencias sociales.

B. Prueba de normalidad de los datos procesados

En la siguiente tabla, se muestra la prueba de normalidad para la muestra evaluada que ascendió a 273 estudiantes, razón por la que, conforme a Hernández et al. (2014) se tuvo en cuenta la prueba de Kolmogórov-Smirnov debido a que la muestra fue mayor a 50.

Tabla 4

Prueba de normalidad

Dimensiones	Estadístico	Valor p	Prueba estadística
D1 Autoexpresión de situaciones sociales	0.049	0.200	Rho de Spearman
D2 Defensa de los propios derechos como consumidor	0.087	<0.01	Rho de Spearman
D3 Expresión de enfado o disconformidad	0.087	<0.01	Rho de Spearman
D4 Decir no y cortar interacciones	0.076	0.001	Rho de Spearman
D5 Hacer peticiones	0.118	<0.01	Rho de Spearman
D6 Iniciar Interacciones positivas con el sexo opuesto	0.079	<0.01	Rho de Spearman
YD1 Ansiedad – estado	0.094	<0.01	Rho de Spearman
YD2 Ansiedad – rasgo	0.077	0.001	Rho de Spearman

De acuerdo con el análisis de la prueba de normalidad, se afirma que conforme a las dimensiones estudiadas se acepta el presupuesto de que la distribución de los datos no se aproxima a una distribución normal, excepto para D1 debido a que el valor p de la prueba de Kolmogórov-Smirnov es mayor a 0.05 en donde cabe el análisis paramétrico y no paramétrico; por lo tanto, se confirmó que para el estudio de los datos se tuvo que aplicar análisis estadístico no paramétrico debido a que no se requiere ningún presupuesto acerca de la distribución de los mismos, asimismo, el nivel de medición fue de acuerdo con sus variables origen siendo categóricas ordinales y sustentadas por los cuestionarios EHS y STAI cada uno medido con una escala de Likert.

C. Perfil sociodemográfico de los encuestados

En la siguiente tabla se exponen las características sociodemográficas más relevantes

de la muestra estudiada.

Tabla 5

Perfil sociodemográfico

Característica/ dato de ordenamiento	Indicador más relevante	%	n = 273
Género	Masculino	55.3	151
	Femenino	44	120
	LGBT	0.7	2
Personas con las que vive	Con papá o mamá o hermanos	58.2	159
	Sólo	24.9	68
	Con familiares cercanos	13.6	37
	Otros	5.5	9
Tipo de atención de salud mental (alguna vez recibiste atención de psicólogo/ psiquiatra)	Ninguno	67	183
	Psicólogo	27.5	75
	Psiquiatra	1.5	4

Dados los resultados, se precisó que la mayoría de los encuestados fueron varones (55.3 %); la mayoría vive acompañado, ya sea por papá, mamá o hermanos, asimismo, la mayoría no fue atendido por un psicólogo o psiquiatra (67 %).

D. Niveles de las habilidades sociales

A continuación, se muestran los niveles de las seis dimensiones de la variable habilidades sociales.

Tabla 6

Dimensiones de las habilidades sociales

Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
D1 Autoexpresión de situaciones sociales	Bajo (0-25)	(116)	42.5
	Medio (26-74)	(128)	46.9
	Alto (75 a más)	(29)	10.6
D2 Defensa de los propios derechos como consumidor	Bajo (0-25)	(108)	39.6
	Medio (26-74)	(143)	52.4
	Alto (75 a más)	(22)	8.1
D3 Expresión de enfado o disconformidad	Bajo (0-25)	(113)	41.4
	Medio (26-74)	(121)	44.3
	Alto (75 a más)	(39)	14.3
D4 Decir no y cortar interacciones	Bajo (0-25)	(114)	41.8
	Medio (26-74)	(138)	50.5
	Alto (75 a más)	(21)	7.7
D5 Hacer peticiones	Bajo (0-25)	(51)	18.7
	Medio (26-74)	(178)	65.2
	Alto (75 a más)	(44)	16.1
D6 Iniciar Interacciones positivas con el sexo opuesto	Bajo (0-25)	(97)	35.5
	Medio (26-74)	(133)	48.7
	Alto (75 a más)	(43)	15.8

Dado el consolidado, se apreció que la mayoría de los estudiantes evaluados presentó un nivel medio frente a la D5 frente a hacer peticiones con 65.2 %, también en la D2 defensa de los propios derechos como consumidor con 52.4 % y D4 decir no y cortar interacciones con 50.5 %, asimismo, en el resto de las dimensiones el nivel medio representó un porcentaje superior a comparación de los niveles bajo y alto, pero no abarcó a la mayoría de los estudiantes.

E. Niveles de la ansiedad estado - rasgo

A continuación, se muestran las dimensiones que componen la ansiedad.

Tabla 7

Dimensiones de la ansiedad

Dimensiones	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
D1 Ansiedad Estado	Bajo (0-30)	(2)	0.7
	Medio (31-44)	(115)	42.1
	Alto (45 a más)	(156)	57.1
D2 Ansiedad Rasgo	Bajo (0-30)	(3)	1.1
	Medio (31-44)	(96)	35.2
	Alto (45 a más)	(174)	63.7
Nivel de ansiedad (puntajes agrupados)	Bajo	(3)	1.1
	Medio	(106)	38.8
	Alto	(164)	60.1

Con el sustento del consolidado, se afirma que la mayoría de las estudiantes tuvo niveles altos de ansiedad estado con 57.1 %, asimismo, la mayoría presentó niveles altos de ansiedad rasgo (63.7 %).

Adicionalmente, con el objetivo de probar las hipótesis de investigación en la última fila se muestran los valores referenciales al entendimiento del nivel de ansiedad en general teniendo como sustento sus dimensiones componentes como resultado de percentiles con dos puntos de corte para el 33.3 % de los casos en cada intervalo; es así como el nivel de ansiedad para la mayoría de los alumnos encuestados fue alto con 60.1 %

4.1.2. Análisis Estadístico Inferencial (prueba de hipótesis)

4.1.2.1. Hipótesis General de Investigación.

H_i: «Existe relación estadística significativa y positiva entre habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo,

2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

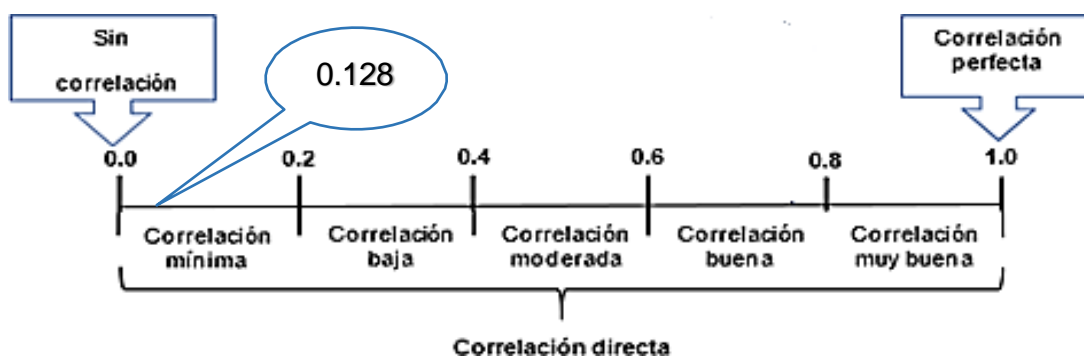
Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_i ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 1

Coeficiente de correlación para la hipótesis general.



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.0 – 0.2.

Tabla 8

Correlación de habilidades sociales y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente		OY_Ansiedad (variable) (agrupado)	
Rho de Spearman	OX_Habilidades sociales (variable)	Coeficiente de correlación	,128*
	(agrupada)	Sig. (bilateral)	,035
		N	273

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). A continuación, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS: OX: Hace alusión a la variable de Habilidades Sociales. OY: Se refiere a la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 7, conforme a la formulación de la regla de decisión se rechazó la hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.128, asimismo, el valor p fue igual 0.035, es así como se demostró una correlación positiva mínima pero significativa, es decir, cuando aumenta el nivel de las habilidades sociales también aumenta el nivel de ansiedad estado – rasgo.

4.1.2.2. Hipótesis Específica 1.

H_1 : «Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de

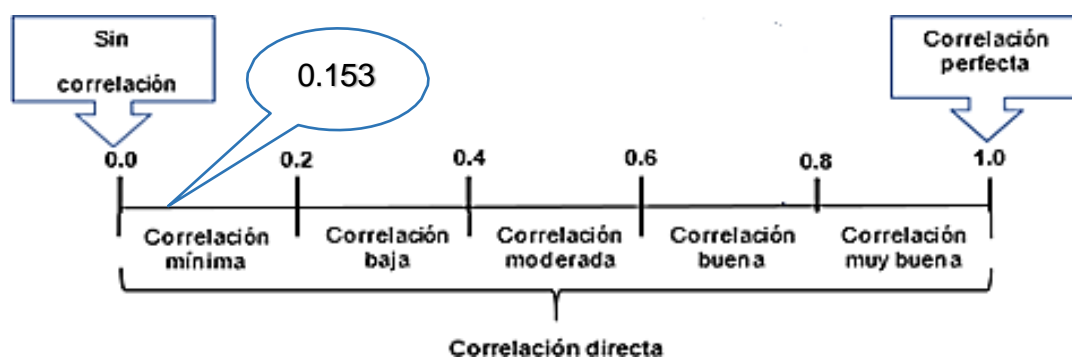
Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_1 ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 2

Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 1



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.0 – 0.2

Tabla 9

Correlación de autoexpresión en situaciones sociales y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente		OY_Ansiedad (variable) (agrupado)	
Rho de Spearman	D1 Autoexpresión en situaciones sociales (agrupado)	Coeficiente de correlación	,153*
		Sig. (bilateral)	,011
		N	273

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). A continuación, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS D1: Hace referencia a la dimensión Autoexpresión en situaciones sociales de la variable Habilidades Sociales OY: Notación que hace alusión a la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 8, conforme a la formulación de la regla de decisión se rechazó la

hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.153, asimismo el valor p fue igual 0.011, es así como se demostró una correlación positiva mínima pero significativa, es decir, cuando aumenta el nivel de Autoexpresión en situaciones sociales también aumenta el nivel de ansiedad estado – rasgo.

4.1.2.3. Hipótesis Específica 2.

H_2 : «Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de defensa de los propios derechos como consumidor y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de defensa de los propios derechos como consumidor y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

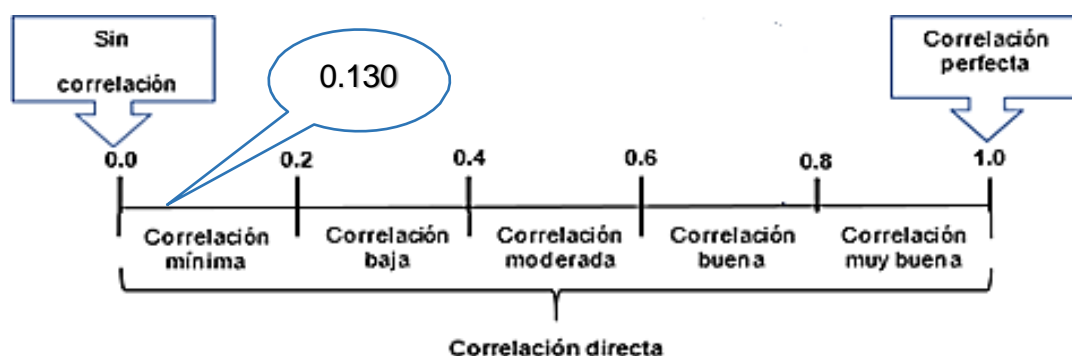
Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_1 ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 3

Coefficiente de correlación para la hipótesis específica 2



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.0 – 0.2

Tabla 10

Correlación de defensa de los propios derechos como consumidor y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente		OY_Aniedad (variable) (agrupado)
Rho de Spearman	D2 Defensa de los propios derechos como consumidor (agrupado)	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N
		,130* ,032 273

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). A continuación, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS: D2: Se refiere a la dimensión Defensa de los propios derechos como consumidor de la variable Habilidades Sociales OY: Se refiere a la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 9, conforme a la formulación de la regla de decisión se rechazó la hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.130, asimismo el valor p fue igual 0.032, es así como se demostró una correlación positiva mínima pero significativa, es decir, cuando aumenta el nivel de Defensa de los propios derechos como consumidor aumenta también el nivel de ansiedad estado – rasgo.

4.1.2.4. Hipótesis Específica 3.

H_3 : «Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de la expresión de enfado o disconformidad y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de la expresión de enfado o disconformidad y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

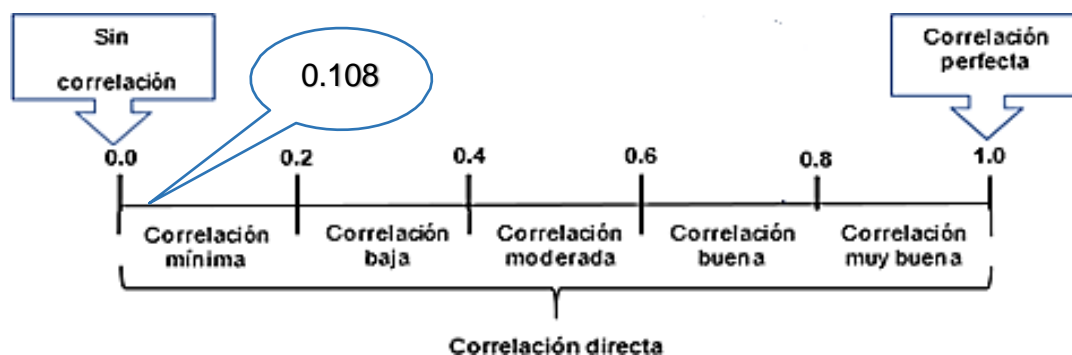
Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_i ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 4

Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 3



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en

donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.0 – 0.2.

Tabla 11

Correlación de expresión de enfado o disconformidad y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente		OY_Ansiedad (variable) (agrupado)	
Rho de Spearman	D3 Expresión de enfado o disconformidad (agrupado)	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral) N	,108* ,076 273

*. La correlación no es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). Seguidamente, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS: D3: Se refiere a la dimensión Expresión de enfado o disconformidad de la variable Habilidades Sociales OY: Notación para la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 10, conforme a la formulación de la regla de decisión se aceptó la hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.108, asimismo el valor p fue igual 0.076, es así como se demostró una correlación positiva mínima pero no fue significativa.

4.1.2.5. Hipótesis Específica 4.

H_4 : «Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de decir no y cortar interacciones y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de decir no y cortar interacciones y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

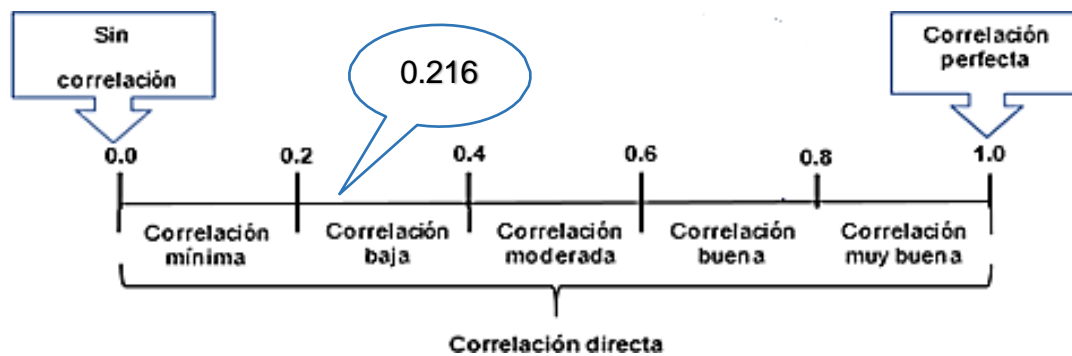
Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_i ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 5

Coeficiente de correlación para la hipótesis específica 4



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.2 – 0.4

Tabla 12

Correlación de decir no y cortar interacciones y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente	OY_Ansiedad (variable) (agrupado)		
Rho de Spearman	D4 Decir no y cortar interacciones (agrupado)	Coeficiente de correlación	,216**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	273

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas). A continuación, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS: D4: Se refiere a la dimensión Decir no y cortar expresiones de la variable Habilidades Sociales OY: Notación para la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 11, conforme a la formulación de la regla de decisión se rechazó la hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.216, asimismo el valor p fue mucho menor que 0.01, es así como se demostró una correlación positiva baja y significativa; es decir cuando el nivel de Decir no y cortar interacciones aumenta también el nivel de ansiedad estado – rasgo.

4.1.2.6. Hipótesis Específica 5.

H_5 : «Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

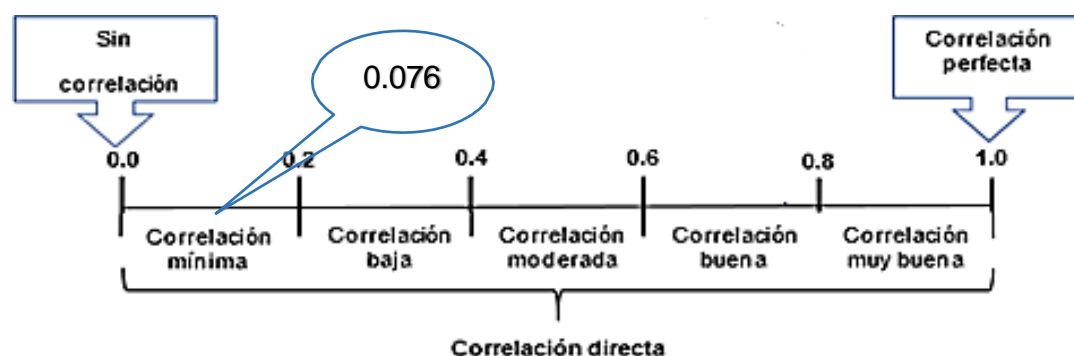
Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_i ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 6

Coefficiente de correlación para la hipótesis específica 5



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.0 – 0.2.

Tabla 13

Correlación de hacer peticiones y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente		OY_Ansiedad (variable) (agrupado)	
Rho de Spearman	D5 Hacer peticiones (agrupado)	Coeficiente de correlación	,076*
		Sig. (bilateral)	,211
		N	273

Nota: La correlación no es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). A continuación, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS: D5: Se refiere a la dimensión Hacer peticiones de la variable Habilidades Sociales OY: Notación para la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 12, conforme a la formulación de la regla de decisión se aceptó la hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.076, asimismo el valor p fue mucho mayor que 0.05 siendo igual a 0.211, es así como se demostró una correlación positiva mínima pero no significativa.

4.1.2.7. Hipótesis Específica 6.

H_6 : «Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y la ansiedad estado- rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

H_0 : «No existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y la ansiedad estado- rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023».

A. Nivel de confianza

Se utilizó un nivel de confianza de 95 % con un 100 % de casos válidos.

B. Coeficiente de prueba

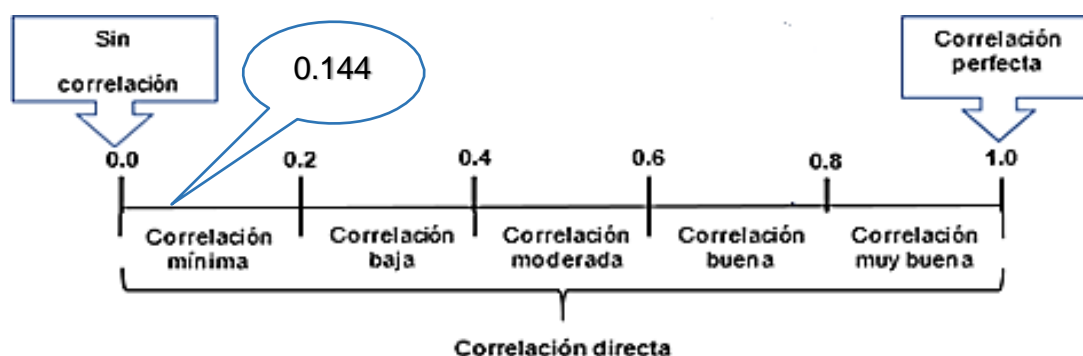
Dado el nivel de medición categórico ordinal se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman.

C. Regla de decisión

Se identificaron las zonas de aceptación y rechazo del coeficiente de correlación; si H_0 ; $p \geq 0.05$, se acepta la hipótesis nula, H_i ; $p < 0.05$, se rechaza la hipótesis nula.

Figura 7

Coeficiente de correlación para la Hipótesis Específica 6.



De acuerdo con la regla de decisión se tienen 5 niveles de la correlación directa en donde la correlación de las variables de investigación está dada en el primer nivel entre 0.0 – 0.2.

Tabla 14

Correlación de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto y ansiedad estado – rasgo

Coeficiente		OY_Ansiedad (variable) (agrupado)	
Rho de Spearman	D6 Iniciar	Coeficiente de	,144*
	interacciones positivas	correlación	
	con el sexo	Sig. (bilateral)	,017
	opuesto (agrupado)	N	273

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas). A continuación, se muestran las notaciones conforme al diseño de investigación y las utilizadas con el programa IBM SPSS: D6: Se refiere a la dimensión Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto de la variable Habilidades Sociales OY: Notación para la variable Ansiedad.

Con base en la tabla 13, conforme a la formulación de la regla de decisión se rechazó la hipótesis nula porque el coeficiente de correlación de Spearman fue 0.144, asimismo el valor p fue igual a 0.017, es así como se demostró una correlación positiva mínima y significativa; es decir cuando el nivel de Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto aumenta también el nivel de ansiedad estado – rasgo.

4.2. Discusión

En conformidad con los resultados que se obtuvieron en esta investigación, a continuación, se detalla la presente discusión:

Respecto a las habilidades sociales, en conformidad con Grover et al. (2020), Rose – Krasnor (1997), Goldfried y Zurilla (1969), McFall (1982), Milligan et al. (2017) todos coinciden que las habilidades sociales son más efectivas en la vida del individuo cuando este opta por considerar la opinión de los demás y la contrasta con la de sí mismo, todo esto para tener una convivencia sana en la sociedad gracias a una capacidad para la solución de conflictos. Entonces, se deben comprender a las habilidades sociales como la armonía entre capacidades, emociones, sentimientos, rasgos de comunicación o conducta para la búsqueda

del máximo beneficio y menor riesgo en el proceso de socialización del individuo.

En esta investigación, en el contexto de la educación técnico superior de la institución educativa elegida para este trabajo en la ciudad de Huancayo, se identificó que frente a las habilidades sociales que el nivel predominante para cada punto dimensional es medio, Es necesario precisar, que hacer peticiones, con 65.2 % de incidencia de nivel medio, es la dimensión que más resalta; por otro lado, la dimensión que presentó nivel más bajo fue la autoexpresión de situaciones sociales con 42.5 %. Análogamente a la teoría en este punto crítico se puede afirmar que efectivamente las habilidades sociales implican la armonía de una serie de emociones, sentimientos y actitudes para la mejor convivencia en la sociedad, así como, los estudiantes del instituto elegido claramente muestran un perfil de estar en desarrollo por los niveles medios de habilidades los cuales resaltan por hacer peticiones (D4) y deben potenciar principalmente su autoexpresión de situaciones sociales.

Frente a la ansiedad estado – rasgo, Ansorena et al. (1983), Hull (1921), Cattell y Scheier (1961), Lazarus (1984), la ansiedad puede padecerla cualquier persona en diversas circunstancias, por ende, si se tiene en cuenta estímulos, entorno bueno u hostil, traumas de la niñez, estrés, problemas personales, entre otros asuntos, es aquí donde puede aparecer la ansiedad, no solo porque tiene que ver con emociones y sentimientos sino porque a lo largo de la historia en principio fue estudiada por situaciones de estrés, pero también se identificó que surge por miedo, incluso situaciones extremas; por lo tanto, la ansiedad es un asunto de gran complejidad.

Precisando, conforme a Cattell y Scheier (1961); Spielberger (1972), Spielberger y Díaz (1975), la ansiedad se constituye como un binomio complejo en donde la ansiedad se presenta de dos formas, la ansiedad estado como un estado de inmediatez emocional, momentáneo, y la ansiedad rasgo con base genética como un elemento que afecta el temperamento, genera estados psicológicos de crisis frecuentes porque puede aparecer en varias situaciones formando

parte del organismo. En esta tesis se identificó desafortunadamente que los estudiantes del instituto elegido de la ciudad de Huancayo presentaron niveles altos de ansiedad estado (57.1 %), incluso ansiedad rasgo con mayor incidencia siendo 63.7 % el resultado. Análogamente, se puede decir que la mayoría de los alumnos ha padecido estados momentáneos de ansiedad, más es de preocupación que una cantidad mayor presentando con regularidad estados de crisis de ansiedad viéndose influenciados con base genética y otros factores de su día a día en su centro de estudios.

Dada la hipótesis general de investigación en este trabajo se determinó que las habilidades sociales se relacionaron positiva y significativamente con la ansiedad estado – rasgo, dicha correlación fue positiva y mínima estuvo dado por el coeficiente de correlación de Spearman de 0.128 y $p = 0.035$. En el ámbito nacional, de manera opuesta Oviedo y Palomino (2022) determinaron que las habilidades sociales y la ansiedad se correlacionaron negativamente ($\rho = -0.524$) pero si fue significativa ($p = -0.05$). De forma análoga, Huamaní y Gómez (2021) determinaron que las habilidades sociales y la ansiedad guardaron una correlación positiva ($\rho = 0.034$), sin embargo, la correlación no fue significativa ($p = 0.675$). De forma opuesta Castro (2018) manifestó que la ansiedad estado - rasgo y habilidades sociales tienen una relación alta negativa y significativa. Complementariamente, Mendoza y Villar (2021) afirmaron que la autoestima y la ansiedad guardaron una correlación negativa y significativa (Coeficiente $\rho = -0.269$; valor p igual a 0.001). De manera contraria Lapa (2019) determinó que la ansiedad y las habilidades sociales se relacionaron de forma negativa y significativa (coef. -0.315 y $p < 0.01$).

Complementariamente, Canchari (2019) precisó que la ansiedad y las habilidades sociales se relacionaron positivamente por un valor Chi cuadrado elevado y $p < 0.01$.

Dada la hipótesis general, en la propia investigación se determinó una relación positiva y significativa de las variables de investigación (Coef. Spearman 0.153, $p = 0.011$). En el

contexto internacional, de manera complementaria Álvarez y Haro (2023) determinaron que la Inteligencia Emocional y la ansiedad estado – rasgo se relacionaron de manera positiva y significativa. De manera contraria, Vizúete (2022) determinó que la ansiedad y las habilidades sociales se relacionaron negativamente y con relevancia estadística ($\rho = -0,493$; $p = 0,001$). De manera complementaria, Schmidt y Shoji (2018) determinaron que la ansiedad estado – rasgo se relacionó con el rendimiento académico de manera positiva y significativa con un coeficiente igual 0.212 y valor p igual 0.034. Análogamente, Rosales (2018) determinó que la ansiedad y habilidades sociales en un grupo de estudiantes se relacionaron de manera positiva y significativa ($X^2 = 53.33$ y $p < 0.05$).

Teniendo en cuenta niveles de habilidades sociales y ansiedad estado – rasgo, en esta investigación se averiguó que la mayoría tuvo un nivel alto de habilidades sociales 56.8 % y un nivel alto de ansiedad con 60.1 %. En el contexto nacional, de manera contraria Oviedo y Palomino (2022) determinaron que la mayoría de sus encuestados tuvieron un nivel bajo de habilidades sociales con 70.9 %, asimismo la mayoría tuvo un nivel de ansiedad moderado con 53.7 %. Contrariamente, según Huamaní y Gómez (2021) la mayoría de encuestados tuvo un nivel medio de habilidades sociales (79.4 %) y la mayoría no tuvo ansiedad (64.5 %). De manera contraria, Talledo (2019) determinó que la gran mayoría no presentó niveles de ansiedad con 91.7 %. Por el contrario, Castro (2018) determinó que la mayoría de sus encuestados tuvieron niveles debajo del promedio de ansiedad estado – riesgo y habilidades sociales.

Dando continuidad al párrafo anterior, de manera contraria Mendoza y Villar (2021) determinaron que la mayoría de sus encuestados tuvieron un nivel medio/promedio de ansiedad (69.3 %). Por el contrario, Pérez (2021) determinó que cerca de 52 % tuvieron un nivel normal – alto de habilidades sociales. De forma similar, Lapa (2019) determinó que la mayoría (81.1 %) de sujetos evaluados tuvo un nivel alto de habilidades sociales, asimismo la mayoría

presentó niveles considerables de ansiedad con 52 %. Complementariamente, Canchan (2019) determinó que la mayoría de los sujetos evaluados tuvo un nivel superior de habilidades sociales.

Dados los niveles de habilidades sociales y ansiedad estado – rasgo obtenidos en la investigación propia. En el contexto internacional, de manera similar, Álvarez y Haro (2023) determinaron que la mayoría de encuestados tuvo un nivel alto de ansiedad estado – rasgo con 53 % y 57.6 % respectivamente. De manera opuesta, Vizuite (2022) determinó que la mayor parte de sus encuestados tuvo un nivel mínimo de ansiedad (67.2 %), asimismo tanto en mujeres como varones los niveles de ansiedad fueron medios siendo 33 % y 63.8 % respectivamente.

Dados los resultados de esta tesis a comparación de diversas investigaciones hay resultados respecto a la relación de las habilidades sociales y la ansiedad estado – riesgo que en su mayoría fueron análogos, complementarios y similares en otros contextos, tanto nacional e internacional, así como, también hay resultados frente a los niveles de ambas variables que solamente en algunos casos fueron diferentes. Por lo tanto, se puede afirmar que las habilidades sociales guardan un tipo de relación con la ansiedad estado – riesgo que generalmente es positiva, asimismo los niveles de las variables en estudio pueden ser diferentes dependiendo de la muestra y contexto de estudio, sin embargo, los niveles de estas a pesar de considerar otras realidades fueron similares a los de la presente tesis.

Conclusiones

1. Relación entre habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo: Existe una correlación positiva, con un coeficiente de correlación rho de Spearman de 0.128 y un valor p de 0.035.
2. Autoexpresión en contextos sociales: Se observa una correlación positiva significativa, con un coeficiente de 0.153 y un valor p de 0.011.
3. Defensa de derechos como consumidor: Hay una correlación positiva significativa, con un coeficiente de 0.130 y un valor p de 0.032.
4. Expresión de enfado o disconformidad: La correlación es positiva ($\rho = 0.108$), aunque no significativa ($p = 0.076$).
5. Decir no y finalizar interacciones: Se presenta una correlación positiva significativa, con un coeficiente de 0.216 y un valor p menor a 0.01.
6. Hacer solicitudes: Hay una correlación positiva ($\rho = 0.076$), pero no significativa ($p = 0.211$).
7. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: Se identifica una correlación positiva significativa, con un coeficiente de 0.144 y un valor p de 0.017.

Recomendaciones

1. Evaluación de habilidades sociales y ansiedad: Se sugiere investigar la correlación entre habilidades sociales y ansiedad estado-rasgo en diferentes contextos de la institución de educación superior privada, así como en otros grupos sociales. Esto permitirá generalizar mejor los resultados, dado que muestras pequeñas o contextos sociales específicos pueden sesgar los hallazgos. Se espera que este estudio facilite un seguimiento psicológico más específico para los estudiantes de primer ciclo, lo cual ayudará al departamento de psicología a identificar qué estudiantes requieren más apoyo para manejar su ansiedad y mejorar sus habilidades sociales.
2. Autoexpresión y ansiedad: Se propone investigar la relación entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado-rasgo en distintos contextos dentro de la institución, abarcando carreras específicas y comparaciones entre ellas, así como en otras instituciones y grupos sociales. Esto permitirá identificar el nivel de autoexpresión de los estudiantes y reforzar la habilidad en aquellos que lo necesiten, dependiendo de la carrera.
3. Defensa de derechos como consumidor: Se recomienda estudiar la relación entre el nivel de defensa de los derechos como consumidor y la ansiedad estado-rasgo en contextos variados de la institución, incluyendo diferentes carreras y comparaciones entre ellas, así como en otras instituciones y grupos sociales.
4. Expresión de enfado como consumidor: Se sugiere investigar la relación entre la expresión de enfado o disconformidad como consumidor y la ansiedad estado-rasgo en diversos contextos de la institución, incluyendo carreras específicas y comparaciones entre ellas, así como en otras instituciones y grupos sociales. Esto facilitará el desarrollo de campañas de tolerancia en la institución, enfatizando las carreras donde los niveles de disconformidad sean más altos para mitigar posibles incrementos en precios de servicios y bienes ofrecidos

por la institución.

5. Decir no y cortar interacciones: Se propone estudiar la relación entre la habilidad de decir no y cortar interacciones y la ansiedad estado-rasgo en diversos contextos dentro de la institución, así como en diferentes carreras, otras instituciones y grupos sociales. El objetivo es promover la tolerancia entre los estudiantes y enfatizar la importancia de que tanto mujeres como hombres puedan decir no, reforzando el apoyo a aquellos que tengan dificultades en este aspecto.
6. Hacer peticiones y ansiedad: Se recomienda investigar la relación entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado-rasgo en distintos contextos dentro de la institución, así como en carreras específicas, comparaciones entre ellas y otras instituciones y grupos sociales. Dada la complejidad de este tema, se sugiere fomentar la participación estudiantil y la transparencia en las decisiones educativas con apoyo de diversas áreas de la institución.
7. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: Se sugiere investigar la relación entre el nivel de iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto y la ansiedad estado-rasgo en diferentes contextos de la institución, abarcando carreras específicas y comparaciones entre ellas, así como en otras instituciones y grupos sociales. Esto permitirá al departamento de psicología identificar a los estudiantes de carreras con más dificultades en este aspecto, y se espera evaluar progresivamente a estudiantes de cada ciclo para determinar quiénes requieren refuerzo.

Referencias

- Agencia Peruana de Noticias Andina. (16 de Octubre de 2019). *Salud mental: Minedu y Minsa trabajan con 21 Universidades Públicas*. <https://doi.org/https://andina.pe/agencia/noticia-salud-mental-minedu-y-minsa-trabajan-21-universidades-publicas-769880.aspx>
- Alvarez, G., y Haro, A. (2023). *Relación entre inteligencia emocional y ansiedad estado rasgo en estudiantes universitarios*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://doi.org/https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/4005/1/78387.pdf>
- Álvarez-Hernández, J., Aguilar, J., Fernández, J., Salguero, D., y Pérez-Gallardo, E. (2013). El estrés ante los exámenes en los estudiantes universitarios. Propuesta de intervención. *INFAD Revista de Psicología*, 2(1), 179-187. <https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/3498/349852173008.pdf>
- American College Health Association. (2016). *National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Fall 2015*. American College Health Association. <https://doi.org/https://www.acha.org/documents/ncha/NCHA-II%20FALL%202015%20REFERENCE%20GROUP%20EXECUTIVE%20SUMMARY.pdf>
- Ansorena, A., Cabo, J., y Romero, I. (1983). El constructo ansiedad en Psicología: una revisión. *Estudios de Psicología*, 1(16), 31-41. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02109395.1983.10821366>
- Ansorena, A., Cobo, J., y Romero, I. (1983). El constructo ansiedad en Psicología: una revisión. *Estudios de Psicología*, 1(16), 31-45. <https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=65892>

Antúnez, Z., y Vinet, E. (2013). Problemas de salud mental en estudiantes de una universidad regional chilena. *Revista Médica de Chile*, 14(2), 209-216.

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872013000200010>

Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación*. Episteme.

https://doi.org/https://tauniversity.org/sites/default/files/libro_el_proyecto_de_investigacion_de_fidias_g_arias.pdf

Ávila, J., Rambal, L., y Vargas, L. (2018). *Capítulo 8. Ansiedad ante la evaluación académica y engagement: revisión conceptual, perspectivas, evidencias y líneas de discusión*. Serie de Cuadernos de Psicología Reformada.

<https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6676033>

Balestrini, M. (2006). *¿Cómo se elabora el Proyecto de Investigación?* BL Consultores Asociados.

https://doi.org/https://luisdoubrontgschool.files.wordpress.com/2021/01/balestrini_cómo_se_elabora_un_proyecto_de_inve.pdf

Bances, R. (2019). *Habilidades sociales: Una revisión teórica del concepto*. Universidad Señor de Sipán.

<https://doi.org/https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6098>

Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and emotional disorders*. New York: International Universities Press. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/record/1976-28303-000>

Braz, C., Del Prette, C., y Fontaine, A. (2013). Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares. *Apuntes de Psicología*, 31(1), 77-84.

<https://doi.org/https://idus.us.es/handle/11441/84752>

Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las Habilidades Sociales*.

Siglo XXI. <https://doi.org/https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>

- Canchari, C. (2019). *Autoestima y Habilidades Sociales de los estudiantes de la I: E. Salesiano Técnico Don Bosco, Huancayo, 2019*. Universidad Nacional de Huancavelica. <https://doi.org/https://repositorio.unh.edu.pe/items/f65e1101-52c3-43f2-b6f0-5346cd055cab>
- Carballo, J., Virtudes, J., Espada, J., Orgilés, M., y Piqueras, J. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala Multidimensional de Expresión Social para la evaluación de habilidades sociales en el contexto de internet. *Psicothema*, 24(1), 121-126. <https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/727/72723431019.pdf>
- Carrera, B., y Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: Enfoque Sociocultural. *Educere*, 5(13), 41-44. <https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/356/35601309.pdf>
- Castro, C. (2018). *Ansiedad y Habilidades Sociales en escolares de instituciones Educativas Nacionales de la UGEL 05 distrito de San Juan de Lurigancho - Lima Metropolitana 2016*. Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://doi.org/https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/2004>
- Cattell, R. (1966). *Handbook of multivariate experimental psychology*. Rand McNally Co. - Chicago. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/record/1966-35009-000>
- Cattell, R., y Scheier, I. (1961). *The meaning and measurement of neuroticism and anxiety*. Ronald Press. New York. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/record/1962-01191-000>
- Chávez, N. (2007). *Introducción a la Investigación Educativa*. Coordinación del Estado Zulia. <https://doi.org/https://isbn.cloud/9789802962815/introduccion-a-la-investigacion-educativa/>
- Cohen, S., y Coronel, C. (2009). Aportes de la Teoría de las Habilidades Sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes. *Universidad de Buenos Aires*, 492-494. <https://doi.org/https://www.academica.org/000-020/753>

- Del Prette, Z., y Del Prette, A. (2021). Social Skill Inventory-2 Del-Prette: expanding and updating psychometric properties. *Estudios de Psicología (Campinas)*, 38(e190124), 1-13. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/1982-0275202138e190124>
- Domínguez, S., Villegas, G., y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304. *Liberabit*, 20(2), 293-304.
<https://doi.org/http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
- Eceiza, , M., Arrieta,, M., y Goñi,, A. (2008). Habilidades Sociales y contextos de la Conducta Social. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 11-26.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/175/17513102.pdf>
- Endler, N., y Kocovski, N. (1999). State and trait anxiety revisited. *Journal of Anxiety Disorders*, 15(2001), 231-245. [https://doi.org/10.1016/s0887-6185\(01\)00060-3](https://doi.org/10.1016/s0887-6185(01)00060-3)
- Eysenck, M., y Derakshan, N. (1997). Cognitive Biases for future negative events as a function of trait anxiety and social desirability. *Pergamon*, 22(5), 597-605.
[https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(96\)00258-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00258-9)
- Felipe, E., y Ávila, A. (2005). Modelos circumplex de la conducta interpersonal en psicología clínica: desarrollos actuales y ámbitos de aplicación. *Apuntes de Psicología*, 23, 183-196. *Apuntes de Psicología*, II(2). <https://doi.org/https://hdl.handle.net/11441/84569>
- Fligstein, N. (2001). Social Skill and the Theory of Fields. *Sociological Theory* , 19(2), 105-125. <https://doi.org/http://www.jstor.org/stable/3108627>
- Flores, E., García, M., Calsina, W., y Yapuchura, A. (2016). La Habilidades Sociales y la Comunicación Interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno. *Comuni@cción*, 7(2), 1-10.
https://doi.org/http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001

- Freud, S. (1905). *Trois essair sur la théorie de la sexualité*. Gallimard.
<https://doi.org/https://www.furet.com/media/pdf/feuillestage/9/7/8/2/0/7/0/3/9782070325399.pdf>
- Gismero, E. (1999). *Escala de Habilidades Sociales (EHS)*. Madrid: TEA.
<https://doi.org/https://web.teaediciones.com/ehs-escala-de-habilidades-sociales.aspx>
- Goldfried, M., y Zurilla, T. (1969). A behavioral-analytic model for assesing competence. *Current topics in clinical and community psychology* , I(1), 151-196.
<https://doi.org/https://www.sciencedirect.com/bookseries/current-topics-in-clinical-and-community-psychology/vol/1/suppl/C>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J., y Klein, P. (1989). *Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de entrenamiento*. Martínez Roca S. A.
<https://doi.org/https://bienestaryproteccioninfantil.es/habilidades-sociales-y-autocontrol-en-la-adolescencia-un-programa-de-ensenanza/>
- Goncalves, Y., y Rodríguez, M. (2015). Diferencias entre hombres y mujeres en la evaluación de la ansiedad en población argentina. *VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII*, 23-26.
<https://doi.org/https://www.aacademica.org/000-015/935>
- González, Z., Guevara, E., Gómez, N., Cisneros, M., Rodríguez, K., y Ramos, E. (2018). Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la Educación Superior. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41-47.
<https://doi.org/https://www.medigraphic.com/pdfs/revsalpubnut/spn-2018/spn184e.pdf>
- Grover, R., Nangle, D., Buffie, M., y Andrews, L. (2020). Defining social skills. *Elsevier* , 3-24. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-817752-5.00001-9>
- Gutiérrez, J., Montoya, L., Toro, B., Briñón, M., Rosas, E., y Salazar, L. (2010). Depresión

en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. *Revista CES Medicina*, 24(1), 7-17.

<https://doi.org/https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261119491001>

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta Edición. ed.). México D.F.: Mc Graw Hill Education.

https://doi.org/https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

Huamaní, E., y Gómez, D. (2021). *Habilidades Sociales y Ansiedad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Nuestra Señora de la Merced, UGEL 05, 2021*. Universidad Autónoma de Ica.

<https://doi.org/http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1792>

Hull, C. (1921). *Quantitative aspects of the evolution of concepts: An experimental study*. Psychological Monographs.

https://doi.org/https://catalog.library.vanderbilt.edu/discovery/fulldisplay/alma991000333439703276/01VAN_INST:vanui

Hull, C. (1943). *Principles of behavior*. New York: Appleton Century-Crofts.

<https://doi.org/https://psycnet.apa.org/record/1944-00022-000>

Hull, C. (1952). *A Behavior system: an introduction to behavior theory concerning the individual organism*. New Haven: Yale University Press.

<https://doi.org/https://psycnet.apa.org/record/1953-03120-000>

Jurevičienė, M., Kaffemanienė, I., y Ruškus, J. (2012). Concept and structural components of social skills. *Sportas*, 3(86), 42-52.

https://doi.org/https://www.researchgate.net/publication/333142271_Concept_and_Structural_Components_of_Social_Skills

Landeau, R. (2007). *Elaboración de Trabajos de Investigación*. Alfa.

[https://doi.org/https://books.google.com.pe/books/about/Elaboraci%C3%B3n_de_t
rabajos_de_investigaci.html?hl=es&id=M_N1CzTB2D4C&redir_esc=y](https://doi.org/https://books.google.com.pe/books/about/Elaboraci%C3%B3n_de_t
rabajos_de_investigaci.html?hl=es&id=M_N1CzTB2D4C&redir_esc=y)

Lapa, R. (2019). *Ansiedad y Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del Distrito de San Martín de Pangoa, 2019*. Universidad Peruana Los Andes.

<https://doi.org/https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1238>

Lau, J., Eley, T., y Stevenson, J. (2006). Examining the State-Trait Anxiety Relationship: A Behavioural Genetic Approach. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 34(1), 19-27.
<https://doi.org/10.1007/s10802-005-9006-7>

Lazarus, R. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
[https://doi.org/https://books.google.com.pe/books/about/Stress_Appraisal_and_C
oping.html?hl=es&id=i-ySQQuUpr8C&redir_esc=y](https://doi.org/https://books.google.com.pe/books/about/Stress_Appraisal_and_C
oping.html?hl=es&id=i-ySQQuUpr8C&redir_esc=y)

Leal, P., Goes, T., Silva, L., y Teixeira-Silva, F. (2017). Trait vs. state anxiety in different threatening situations. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 39(3), 147-157.
<https://doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0044>

Lipson, S., Gaddis, S., Heinze, J., Beck, K., Eisenberg, D. (2015). Variations in Student's Mental Health and Treatment Utilization across US Colleges and Universities. *Journal of American College Health*, 63(6), 388-396.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1080/07448481.2015.1040411>

McFall, R. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 1(4), 1-33.
<https://doi.org/https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1300990>

Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive-behavior modification: A integrative approach*. New York: Plenum. <https://doi.org/https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4757->

9739-8

Mendoza, K., y Villar, G. (2021). *Autoestima y Ansiedad en estudiantes de una Universidad Privada de Huancayo - 2020*. Universidad Peruana los Andes.

<https://doi.org/https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2221>

Milligan, K., Sibales, A., Morgan, A., y Phillips, M. (2017). Social competence:

Consideration of behavioral, cognitive, and emotional factors. *Handbook of social behavior and skills in children*, 63-82. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/978-3-319-64592-6_5

Navas, D. (1989). Ansiedad ante los exámenes. Algunas explicaciones cognitivas - conductuales. *Revista de Aprendizaje y Comportamiento*, 7(1).

Oviedo, Z., y Palomino, E. (2022). *Habilidades Sociales y Ansiedad Social debido al confinamiento por covid-19 en Universitario, Arequipa, 2021o por covid-19 en universitarios, Arequipa, 2021*. Universidad Católica San Pablo.

<https://doi.org/https://repositorio.ucsp.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/5503-ee73-0f92-4913-9102-ae22ebb52836/content>

Papalia, D., Wendkos, S., y Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo*. Mc Graw-Hill Educación. <https://doi.org/https://www.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>

Pérez, D. (2021). *Habilidades Sociales en estudiantes del quinto grado de secundaria de una Institución Educativa Pública, Huancayo, 2021*. Universidad Peruana os Andes.

<https://doi.org/https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/3142>

Pontificia Universidad Católica del Perú. (2017). *M3. Ética de la investigación con seres humanos. Beneficencia y no maleficencia*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://doi.org/https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/71381>

Radio Programas del Perú. (20 de Setiembre de 2018). *Hasta 30% de la población*

universitaria del Perú sufre impactos en su salud mental por presión académica. .

RPP Noticias: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>

Ramírez, T. (2010). *¿Cómo hacer un Proyecto de Investigación?* Panapo.

<https://doi.org/http://institutorambell.blogspot.com/2021/05/como-hacer-un-proyecto-de-investigacion.html>

Richaund, M. (2007). La ética en la investigación psicológica. *Enfoques*, 19(5-18), 5-18.

<https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3183493>

Ries, F., Vásquez, C., Campos, M., y Del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia*, 12(2), 9-16.

<https://doi.org/https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v12n2/articulo01.pdf>

Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus Habilidades Sociales. Cuarta Edición Revisada.*

Valencia: ACDE Ediciones.

[https://doi.org/https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20social es-Dale%20una%20mirada.pdf](https://doi.org/https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20social%20es-Dale%20una%20mirada.pdf)

Rodríguez, D., y Valldeoriola, J. (2010). *Metodología de la investigación.* Universidad

Oberta Catalunya. <https://doi.org/http://www.casadellibro.com/libro-metodologiade-la-investigacion-5-ed-incluye-cd-rom/9786071502919/1960006>

Rosales, A. (2018). *Ansiedad y Habilidades Sociales.* Universidad Rafael Landívar Facultad de Humanidades.

[https://doi.org/http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrce/2018/05/42/Rosales- Ana.pdf](https://doi.org/http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrce/2018/05/42/Rosales-Ana.pdf)

Rose-Karsnor, L. (1997). The nature of social competence: A theoretical review. . *Social Development*, 1(6), 111-135.

<https://doi.org/https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-9507.1997.tb00097.x>

Ruiz, C., Fernández, M., y Quiróz, M. (2008). *Escala de Habilidades Sociales (EHS)*. Universidad Privada Antenor Orrego. <https://doi.org/https://pdfcoffee.com/escala-de-habilidades-sociales-5-pdf-free.html>

Salas, M., y Silva, M. (2011). Contexto Familiar Relacionado a las Habilidades Sociales de las y los Adolescentes. Distrito Gregorio Abarracín. Tacna 2010. *Ciencia y Desarrollo*, , I(13), 129-133.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33326/26176033.2011.13.291>

Sánchez, G. (30 de Agosto de 2023). *¿Qué son la Habilidades Sociales? La Mente es Maravillosa*: <https://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-habilidades-sociales/>

Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma.
<https://doi.org/https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

Schmidt, V., y Shoji, A. (2018). *La Ansiedad Estado - Rasgo y el Rendimiento Académico en adolescentes de 14 a 16 años*. Pontificia Universidad Católica Argentina.
<https://doi.org/https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/558>

Sierra, J., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Malestar e Subjetivade/ Fortaleza*, 8(1), 10-59.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>

Silva, C., Hernández, A., Jiménez, B., y Alvarado, N. (2016). Revisión de la estructura interna del Inventario de Ansiedad Rasgo - Estado para jóvenes de habla hispana. *Psicología y Salud*, 26(2), 253-262.
<https://doi.org/https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/201>

- Spielberg, C., Gorsuch, R., y Lushene, R. (1982). *Manual del Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI)*. TEA Ediciones.
<https://doi.org/https://web.teaediciones.com/STAI--CUESTIONARIO-DE-ANSIEDAD-ESTADO-RASGO.aspx>
- Spielberger, C. (1972). Anxiety is an emotional state. *Anxiety Behavior*. New York: Academic Press. , 1(1), 23-49. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50009-5>
- Spielberger, C., y Díaz - Guerrero, R. (1975). *IDARE. Inventario de Ansiedad: Rasgo Estado*. Manual Moderno (MM). <https://doi.org/https://store.manualmoderno.com/inventario-de-ansiedad-rasgo-estado-28-100.html>
- Tadger, H., Lafifi, Y., Derindere, M., Gulsecen, S., y Bouchelaghem, H. (2018). What are the important social skills of students in higher education? *Future-Learning* , 1-6.
https://doi.org/https://www.researchgate.net/publication/329761072_What_Are_The_Important_Social_Skills_of_Students_in_Higher_Education
- Talledo, E. (2019). *Nivel de Ansiedad y su Influencia en la Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en docentes de educación secundaria de Colegios Públicos del Cercado de Tacna, 2019*. Universidad Privada de Tacna.
<https://doi.org/https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/670>
- Tamayo, M. (2004). *El Proceso de la Investigación Científica*. LIMUSA.
https://doi.org/https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/227860/El_proceso_de_la_investigacion_cientifica_Mario_Tamayo.pdf
- Tortosa, A. (2018). El aprendizaje de la habilidades sociales en el aula. *Revista Internacional de apoyo a la inclusión, logopedia, sociedad y multiculturalidad (RIAI)*, 9(3), 158-165. <https://doi.org/https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/riai/article/view/437>

Universidad Continental. (2022). *Reglamento de investigación. Aprobado por Resolución N.º 2427-2022* (Primera ed.). Huancayo: Universidad Continental.

<https://doi.org/https://ucontinental.edu.pe/informacion-institucional/reglamentos-del-estudiante/>

Universidad de Buenos Aires. (2009). *Investigaciones. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Tomos I-II-III*. Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología.

<https://doi.org/http://jimemorias.psi.uba.ar/index.aspx?anio=2009>

Vera, A. (2015). *Habilidades Sociales y Autoconcepto en hijos únicos y con hermanos, de colegios de Lima, Metropolitana*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.

<https://doi.org/https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/619096>

Vizueté, J. (2022). *La ansiedad y su relación con las Habilidades Sociales en estudiantes universitarios*. Universidad Técnica de Ambato.

<https://doi.org/https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/36768>

Apéndices

Apéndice 1

Instrumento de recolección de los datos

Escala de habilidades sociales

Nombre:

.....

Edad:

Inst. educativa:

Grado: **Fecha:**

.....

Motivo de evaluación:

Examinador:

.....

Instrucciones:

A continuación aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que «NO»	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D

22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se cómo «cortar» a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	A B C D
30. Cuando alguien se me «cuelga» en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o «quitarme de en medio» para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
Total	

Cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAD)

A-E

Instrucciones

A continuación, encontrarás unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalado la respuesta que mejor describa a su situación presente

	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1. Me siento calmado	0	1	2	3
2. Me siento seguro	0	1	2	3
3. Estoy Tenso	0	1	2	3
4. Estoy contrariado	0	1	2	3
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0	1	2	3
6. Me siento alterado	0	1	2	3
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	0	1	2	3
8. Me siento descansado	0	1	2	3
9. Me siento angustiado	0	1	2	3
10. Me siento confortable	0	1	2	3
11. Tengo confianza en mí mismo	0	1	2	3
12. Me siento nervioso	0	1	2	3
13. Estoy desasosegado	0	1	2	3
14. Me siento muy «atado» (como oprimido)	0	1	2	3
15. Estoy relajado	0	1	2	3
16. Me siento satisfecho	0	1	2	3
17. Estoy preocupado	0	1	2	3
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	0	1	2	3
19. Me siento alegre	0	1	2	3
20. En este momento me siento bien	0	1	2	3

Compruebe si ha contestado a todas las frases con una sola respuesta

A-R**Instrucciones**

A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 0 a 3 que indique mejor cómo se siente usted ahora mismo, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa a su situación presente

	Nada	Algo	Bastante	Mucho
21. Me siento bien	0	1	2	3
22. Me canso rápidamente	0	1	2	3
23. Siento ganas de llorar	0	1	2	3
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0	1	2	3
26. Me siento descansado	0	1	2	3
27. Soy una persona tranquila, serena y sosegada	0	1	2	3
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0	1	2	3
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0	1	2	3
30. Soy feliz	0	1	2	3
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0	1	2	3
32. Me falta confianza en mí mismo	0	1	2	3
33. Me siento seguro	0	1	2	3
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0	1	2	3
35. Me siento triste (melancólico)	0	1	2	3
36. Estoy satisfecho	0	1	2	3
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0	1	2	3
38. Me afectan tanto los engaños, que no puedo olvidarlos	0	1	2	3
39. Soy una persona estable	0	1	2	3
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales, me pongo tenso y agitado	0	1	2	3

Compruebe si ha contestado a todas las frases con una sola respuesta

Apéndice 2

Consentimiento informado

Propósito del estudio:

Lo invitamos a participar de un estudio con fines científicos. La investigación busca determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad estado- rasgo, en estudiantes de primer ciclo de un Instituto Privado de Huancayo, 2023. Este es un estudio a cargo de los Bachilleres de la Facultad de Psicología de la Universidad Continental: Rosalin Mormontoy Lopez, Mercedes Pozo Olivera y Yesenia Yauri Paredes.

La investigación «Habilidades sociales y ansiedad estado- rasgo en estudiantes de primer ciclo de un Instituto Privado de Huancayo, 2023», tendrá como base la información procedente de las respuestas que usted responderá con la mayor honestidad posible, asimismo, usted podrá tomarse el tiempo que sea necesario para el desarrollo del cuestionario indicado.

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

1. Se aplicará un cuestionario la «Escala De Habilidades Sociales (EHS)»
2. Se aplicará un «Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo»

Riesgos: La aplicación y desarrollo del instrumento no demandará ningún riesgo para su salud o su trabajo.

Beneficios: Con el presente trabajo, no habrá beneficios económicos u otro semejante, ya que este trabajo es de índole científico.

Costos y compensación: No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no

recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad: Toda la información recabada será guardada de forma confidencial, ya que será codificada, sin nombres, asimismo, dicha información será usada solo con fines de investigación. Si los resultados de esta investigación son publicados, no se difundirá información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio.

Derechos del participante: Usted puede retirarse de este estudio, sin que ello ocasione ningún perjuicio a su persona.

Para cualquier duda o consulta relacionada con el presente estudio contáctese con:

Mercedes Cristina Pozo Olivera (Cel: 964689995/ Email: 20114807@continental.edu.pe)

Rosalin Mormontoy Lopez (Cel: 983290185/ Email: 42797050@continental.edu.pe)

Yesenia Irma Yauri Paredes de Trivelli (Cel: 964667900/Email:
20105860@continental.edu.pe)

Declaración o consentimiento

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Su firma indica que usted acepta con todo lo establecido previamente.

Huancayo, de del 2023.

Firma del Participante



Firma de la Investigadora 1



Firma de la Investigadora 3

Apéndice 3

Carta de Solicitud

A: Narda Ybañez Flores

Gerente General del instituto de educación superior privado Continental

De: Rosalín Mormontoy Lopez, Mercedes Cristina Pozo Olivera y Yesenia Irma Yauri

Paredes de Trivelli

Bachilleres de Psicología

Asunto: Solicitud de permiso y autorización para la recolección de datos para la presente investigación sobre: «Habilidades Sociales y Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023»

De mi mayor consideración, hacemos llegar a su persona nuestros más distinguidos saludos y deseándole éxitos en las funciones que desempeña.

Permítanos presentarnos ante Ud. Nosotras:

- ❖ Rosalín Mormontoy Lopez DNI N.º 42797050
- ❖ Mercedes Cristina Pozo Olivera DNI N.º 20114807
- ❖ Yesenia Irma Yauri Paredes de Trivelli DNI N.º 20105860

Bachilleres en Psicología de la Universidad Continental, actualmente estamos realizando el proyecto de investigación «Habilidades Sociales y Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023», para obtener el grado de Licenciadas en Psicología.

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad estado - rasgo en los estudiantes de primer ciclo del Instituto Continental, motivo por que, se aplicarán los siguientes instrumentos:

«Escala De Habilidades Sociales (EHS)» y el «Cuestionario de Ansiedad

Estado/Rasgo (STAI)».

En tal sentido, dirigimos a su digna persona para solicitarle lo siguiente:

- Información de la cantidad de estudiantes que se encuentran cursando el primer ciclo, considerando algunos datos necesarios para nuestra investigación, como: nombres y apellidos completos, edad, lugar de procedencia, programa de estudios, sección, horarios, correos y números de contacto.
- Permiso para la aplicación de los instrumentos mencionados a los estudiantes de primer ciclo de vuestra representada.

Dicha información que permitirá obtener datos necesarios para la realización de nuestra investigación que será con fines académicos, así mismo, comprometemos a hacerle llegar de manera oportuna un ejemplar de nuestro trabajo culminado.

Hacemos propicia la ocasión para reiterarle los sentimientos de nuestra especial consideración.

Atentamente,



Firma de la Investigadora 1



Firma de la Investigadora 2



Firma de la Investigadora 3

Apéndice 4

Autorización de la Institución



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Huancayo, 05 de julio de 2023

CARTA N°04-2023-IESP-C-D

Señora:

YESENIA YAURI PAREDES

Bachiller en Psicología - Universidad Continental

Asunto: Solicitud de permiso y autorización para la recolección de datos para la presente investigación sobre: "Habilidades Sociales y Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023"

De mi mayor consideración:

Me dirijo a usted para saludarlo cordialmente, y en atención al documento de referencia, se autoriza a **YESENIA YAURI PAREDES**, aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada "**HABILIDADES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO - RASGO EN ESTUDIANTES DEL IES CONTINENTAL, 2023**" esperando que los resultados de este trabajo sean entregados al IC oportunamente.

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para hacerles llegar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,




Narda Ybáñez Flores
Gerente
Instituto Continental

Apéndice 4

Oficio de autorización del comité de ética de la Universidad Continental



“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Huancayo, 17 de julio del 2023

OFICIO N°0397-2023-CIEI-UC

Investigadores:

ROSALIN MORMONTOY LÓPEZ
MERCEDES POZO OLIVERA
YESENIA YAURI PAREDES

Presente-

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarles cordialmente y a la vez manifestarles que el estudio de investigación titulado: **HABILIDADES SOCIALES Y ANSIEDAD ESTADO – RASGO EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PRIVADO, HUANCAYO, 2023.**

Ha sido **APROBADO** por el Comité Institucional de Ética en Investigación, bajo las siguientes precisiones:

- El Comité puede en cualquier momento de la ejecución del estudio solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas.
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

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

Atentamente



 Walter Calderón Gerstein
Presidente del Comité de Ética
Universidad Continental

C. c. Archivo.

Arequipa
Av. Los Incas S/N,
José Luis Bustamante y Rivero
(054) 412 030

Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo
Av. San Carlos 1980
(064) 481 430

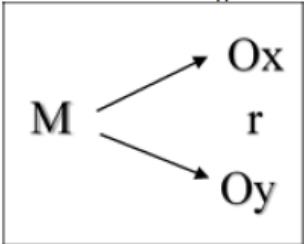
Cusco
Urb. Manuel Prado - lote B, N° 7 Av. Collasuyo
(084) 480 070

Sector Angostura KM. 10,
carretera San Jerónimo - Saylla
(084) 480 070

Lima
Av. Alfredo Mendiola 5210, Los Olivos
(01) 213 2760

J. Junín 355, Miraflores
(01) 213 2760

Matriz de Consistencia

Título	Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
Habilidades sociales y ansiedad estado- rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023	Problema general ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?	Objetivo general Determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad estado - rasgo, en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.	Hipótesis general Existe relación estadística significativa y positiva entre habilidades sociales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.	Variable 1 Habilidades Sociales	Método de Investigación Científico Inductivo - Deductivo
	Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?	Objetivos específicos Determinar la relación entre autoexpresión en situaciones sociales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.	Hipótesis específicas Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de autoexpresión en situaciones sociales y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de Educación Superior Privado, Huancayo, 2023.	Dimensiones D.1: Autoexpresión en situaciones sociales D.2: Defensa de los propios derechos como consumidor D.3: Expresión de enfado o disconformidad D.4: Decir no y cortar interacciones D.5: Hacer peticiones D.6: Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Nivel de Investigación Correlacional
	¿Cuál es la relación entre el nivel de defensa de los propios derechos como consumidor y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023	Determinar la relación entre defensa de los propios derechos como consumidor y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de Educación Superior Privado,	Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de defensa de los propios derechos como consumidor y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un Instituto de	VARIABLE 2 Ansiedad	Tipo de Investigación Cuantitativa - aplicada
					Diseño de Investigación  <pre> graph LR M --> Ox M --> Oy r </pre>

<p>Huancayo, 2023? ¿Cuál es la relación entre el nivel de la expresión de enfado o disconformidad y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?</p>	<p>Huancayo, 2023. Determinar la relación entre expresión de enfado o disconformidad y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Educación Superior Privado, Huancayo, 2023. Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de la expresión de enfado o disconformidad y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Población 941 estudiantes de primer ciclo de un instituto de educación superior privado de Huancayo</p>
<p>¿Cuál es la relación entre el nivel de decir no y cortar interacciones y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre decir no y cortar interacciones y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de decir no y cortar interacciones y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Muestra 273 estudiantes</p>
<p>¿Cuál es la relación entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre hacer peticiones y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de hacer peticiones y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Técnica de Muestreo Probabilística Técnica de Recolección de Datos Encuesta</p>
<p>¿Cuál es la relación entre el nivel de Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre Iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Existe relación estadística significativa y positiva entre el nivel de iniciar interacción positiva con el sexo opuesto y la ansiedad estado - rasgo en estudiantes de un instituto de educación superior privado, Huancayo, 2023.</p>	<p>Instrumentos de Recolección de Datos Escala de Habilidades Sociales (EHS) <i>STAI (State-Trait Anxiety Inventory)</i></p>
<p>Dimensiones D1: Ansiedad Rasgo D2: Ansiedad Estado</p>			