

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de PSICOLOGÍA

“HABILIDADES SOCIALES Y ESTRÉS
ACADÉMICO EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA,
2022”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autoras:

Nikol Celeni Garcia Gil

Wendy Milagros Quiñones Pedrozo

Asesora:

Dra. Aurora Chumpitaz Mozombite

<https://orcid.org/0000-0001-6018-6917>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Renzo Martinez Munive	41466055
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Kenia Keith Casiano Valdivieso	25762317
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Carlos Fernando García Godos Salazar	10280784
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

DEDICATORIA

A nuestros padres por habernos apoyado a lo largo de estos años y por motivarnos
constantemente para lograr nuestros anhelos.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Privada del Norte, por formarnos profesionalmente.

A los profesores, que tuvimos por sus enseñanzas y consejos, las cuales nos sirvieron de guía para ejercer nuestra carrera.

A nuestras familias, que con su apoyo nos ayudaron para llegar a esta etapa final.

TABLA DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR	2
DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO	4
TABLA DE CONTENIDO	5
ÍNDICE DE TABLAS	6
RESUMEN	7
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	8
1.1. Realidad Problemática	8
1.2. Formulación del problema	21
1.3. Objetivos	21
1.4. Hipótesis	22
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	23
CAPÍTULO III: RESULTADOS	31
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	35
REFERENCIAS	40
ANEXOS	46

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Tabla de frecuencias para las variables sociodemográficas	24
Tabla 2 Validez de contenido por juicio de expertos de los instrumentos de medición.....	27
Tabla 3 Reporte de las evidencias de fiabilidad de los instrumentos que miden habilidades sociales y estrés académico	27
Tabla 4 Prueba de normalidad en las habilidades sociales, estrés académico y sus respectivas dimensiones	29
Tabla 5 Correlación entre habilidades sociales y estrés académico en universitarios de Lima Metropolitana 2022	31
Tabla 6 Correlación de habilidades sociales y los estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022	32
Tabla 7 Correlación de habilidades sociales y síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022	33
Tabla 8 Correlación de habilidades sociales y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022	34

RESUMEN

La presente investigación que tuvo como objetivo general determinar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico mediante una metodología de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de diseño no experimental, nivel de alcance correlacional, de corte transversal, en una muestra conformada por 205 universitarios de ambos sexos, utilizando como instrumentos de recolección de datos, la Escala de Habilidades Sociales de Gismero y la Escala de Estrés Académico SISCO de Barraza, se halló como resultados que existe una correlación significativa, negativa y de fuerza baja ($p = .000$, $Rho = -.397$) entre ambas variables, asimismo, se halló que existe una correlación significativa, negativa y de fuerza baja ($p = .000$, $Rho = -.364$) entre la dimensión estresores y habilidades sociales, de igual manera, halló que existe una correlación significativa, negativa y de fuerza baja ($p = .000$, $Rho = -.392$) entre la dimensión síntomas y habilidades sociales, se halló que no existe correlación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y habilidades sociales ($p = .863$), concluyendo que existe una relación entre ambas variables, es decir a mayor habilidades sociales menor estrés académico y viceversa.

PALABRAS CLAVES: Estrés académico, habilidades sociales, universitarios

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad Problemática

El presente estudio constituye el planteamiento de una investigación en base a la línea de estudio correspondiente a las habilidades sociales y el estrés académico, por ello se expone que en la actualidad, las habilidades sociales han sido afectadas como resultado de la presente situación pandémica por Covid-19, puesto que a fin de tomar medidas de control y disminuir la transmisión de esta enfermedad los gobiernos a nivel mundial dispusieron como una de las medidas de salud pública el aislamiento social, medida que causó deterioro en la población en general, con mayor énfasis en los niños y adolescentes afectando así la oportunidad para el desarrollo social del cual depende las habilidades sociales según el Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020).

Antecedentes previos a la situación pandémica en Europa connotan la importancia del desarrollo de las habilidades sociales estudios de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) y la Comisión Europea, estudios que tuvieron como objetivo incentivar el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales uno de esos estudios fue el proyecto Learning to Be con una participación de más de tres mil colaboradores de colegios integrando a ocho países, en su proyecto cuyas conclusiones recomiendan integrar los participantes en el proceso educativo desde docentes, estudiantes, administradores entre otros y que se integre en un plan central aplicable en todas las instituciones privadas (Erasmus & European Unión, 2020).

En Latinoamérica el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020) resaltó la importancia del desarrollo de las habilidades sociales dentro de un conjunto denominado habilidades transferibles, puesto que la finalidad es asegurar en la población juvenil e infante el acceso a habilidades que permitan una mejor empleabilidad, ciudadanía, empoderamiento personal e incentivar el aprendizaje, dentro de los esfuerzos brindados por

dicho organismo es que se gesta el documento técnico para la evaluación y entrenamiento en habilidades sociales para dicha población puesto que ve en el proyecto una integración entre un mejor pronóstico de desarrollo, así como, una mejor promoción en salud mental a fin de evitar problemáticas tales como el abuso sexual, embarazo no deseado, entre otros problemas que perjudican y vulneran a dicha población, esfuerzo que se integra al gobierno del Perú mediante el Ministerio de Salud y UNICEF Perú el cual tiene como objetivo identificar los déficit en habilidades sociales con el fin del abordaje a favor de la prevención y promoción en salud emocional (UNICEF, 2021).

Estudios previos a la etapa pandémica, evidencian los niveles de desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes adolescentes en países de Latinoamérica, en México el 47% de estudiantes presentaron un nivel bajo de desarrollo de habilidades sociales, en la región más cercana de Sur América se presentan los siguientes niveles de desarrollo bajo en las habilidades sociales en los estudiantes; en Honduras presenta un 28%, Guatemala en un 24%, Colombia el 62%, Chile presenta 78%, Argentina 71%; y por último en Perú 39% de nivel bajo de desarrollo de habilidades sociales (Cantillo y Yaguna, 2016; Fiszbein et al., 2016; Llanos, 2016).

En los últimos años en Latinoamérica en cuanto a los niveles de desarrollo de las habilidades sociales específicamente, en Perú en relación a los estudiantes universitarios se ha identificado una situación problemática, pues trae consecuencias en esa población, consecuencias como aumento en los niveles de estrés, problemas en el aprendizaje, aumento de niveles de ansiedad, entre otros, a causa de la doble responsabilidad de trabajar y estudiar por lo que, es la razón de la importancia del desarrollo de habilidades sociales, porque además de incentivar la salud en la población universitaria desarrolla y hace interesante al estudiante para un futuro puesto laboral pues que las empresas valoran hoy en día cada vez

más las habilidades sociales, así como la inteligencia y control emocional (Vásquez et al., 2020).

Por su parte la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) publicó un informe realizado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos sobre los resultados de la encuesta de habilidades sociales y emocionales, donde se revela que las habilidades sociales se encuentran disminuidas al entrar a la adolescencia a partir de los 15 años de edad y que estos cambios se dan independientemente al género a diferencia de los niños menores de 10 años (OECD, 2021) siendo la población universitaria vulnerable y susceptible a esta problemática.

Finalmente, en un estudio realizado recientemente se reporta que en una población universitaria de una universidad privada de Lima el 31.7% tiene un nivel bajo de habilidades sociales, asimismo, el 61.2% presente un nivel medio, a diferencia del 7.1% que solo cuenta un nivel alto de habilidades sociales (Chumbes & Soldevilla, 2022), siendo este uno de los pocos estudios abocados en la descripción de las habilidades sociales en la población universitaria que evidencia la problemática del desarrollo de las habilidades sociales en universitarios.

En relación al estrés académico es innegable que de igual manera, con las habilidades sociales se ha visto afectada por la situación actual por pandemia de Covid-19 y la educación superior no se ha visto ajena al panorama, pues todos los cambios que conllevaron la nueva normalidad a fin de no perder el ciclo académico el cual se tuvo que adaptar, situación que ha tenido como consecuencia un aumento en los niveles de estrés en los estudiantes, así como, los docentes en el panorama internacional según presenta un informe elaborado por el Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe, un panorama que en los primeros años tuvo como saldo estimadas alrededor de 23.4 millones de estudiantes pertenecientes a la educación superior a nivel europeo y en cuanto al nivel

Latino Americano y el Caribe de 1.4 millones de docentes que en suma representan el 98% de estudiantes y profesores de educación superior según fuentes de IESALC esto como consecuencia al cierre de dichas entidades a fin de evitar más contagios, en el Perú dichas restricciones se realizaron el 12 de marzo del 2020 por parte del Ministerio de educación del Perú (MINEDU), siendo la virtualidad uno de los factores predominantes en los aumentos de niveles de estrés y estrés académico en los estudiantes a nivel general (IESALC, 2020).

Investigaciones previas a la pandemia y en un esfuerzo para mitigar estragos como la ansiedad, violencia y sobre todo estrés en el entorno académico en Perú que constituye el 79% de incidencia en la población universitaria el MINEDU decidió trabajar con 8 universidades entre ellas la Universidad Nacional Mayor de San Marcos con la apertura de un Centro de Salud Mental comunitario a fin de intervenir sobre la problemática identificada (MINEDU, 2019).

En cuanto a los antecedentes internacionales, en Tailandia, Srisongkhram & Srisongkhram (2019) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación las habilidades sociales, y estrés académico en estudiantes, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance descriptivo correlacional, en una muestra de 279 estudiantes, los instrumentos usados fueron, el Inventory for Students (ASSIST) y el Stress Coping style Inventory de Lin & Chen (2010), los resultados estadísticos fueron obtenidos a través del coeficiente de correlación canónica, los resultados hallados fueron que existe relación entre las habilidades sociales y el estrés académico ($p=.000$; $R_c=.651$), concluyendo que existe una correlación positiva y significativa entre las habilidades sociales y el estrés académico.

En Brasil, Vieira et al. (2018) realizaron una investigación con el objetivo de analizar la influencia de las habilidades sociales y los factores de estrés como predictor de rendimiento académico, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte

transversal y de alcance correlacional, en una muestra de 214 estudiantes, los instrumentos usados fueron, el Social Skills Inventory for Adolescent de Prette (2009) y el Inventory of School Stressors de Trivellato y Marturano (2008), los resultados fueron obtenidos por medio del análisis estadístico con el coeficiente de correlación de Pearson, los resultados hallados fueron que las dimensiones de las habilidades sociales y las dimensiones de estresores académicos no presentan relación significativa ($p>0.05$), concluyendo que las dimensiones relacionadas a las habilidades sociales son predictores de rendimiento escolar, resultados que no pueden ser generalizados en cuanto a los estresores académicos por lo que se requiere mayor estudio específico para dicha conclusión.

En Ecuador, Albornoz (2018) realizó una investigación con el objetivo determinar la relación entre la ansiedad social y las habilidades sociales en estudiantes universitarios, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance correlacional, en una muestra de 209 estudiantes universitarios, los instrumentos usados fueron, la escala de ansiedad social de Liebowitz LSAS .SR de Liebowitz (1987) y el Cuestionario de Habilidades Sociales (CHASO) de Caballo et al. (2017) los resultados estadísticos fue, el análisis descriptivo y para el inferencial la prueba de comparación de dos grupos U de Mann Whitney, los resultados hallados fueron que existe una correlación inversa entre la ansiedad social y las habilidades sociales ($p=0.019$; $U=2220$), concluyendo que las el análisis de las correlaciones entre las habilidades sociales y los factores de la ansiedad social y sus subescalas establecen que a mayor habilidades sociales menor ansiedad social.

En Indonesia, Hardi et al. (2018) realizaron una investigación con el objetivo determinar la relación las habilidades sociales, ambiente organizacional y estrés académico en estudiantes, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance correlacional, en una muestra de 123 estudiantes, los instrumentos usados fueron,

La Escala de Habilidades Sociales de Hardi et al. (2017), Escala de Ambiente Organizacional Hardi et al. (2017) y Escala de estrés académico Hardi et al. (2017), los resultados estadísticos fueron obtenidos a través del coeficiente de correlación de Pearson, los resultados hallados fueron que existe relación entre las habilidades sociales y el estrés académico ($p=.000$; $r=.739$), concluyendo que existe una correlación positiva y significativa entre las habilidades sociales y el estrés académico.

En Brasil, Costa et al. (2018) realizaron una investigación con el objetivo determinar la relación entre las habilidades sociales, el estrés y desempeño académico en estudiantes, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance descriptivo correlacional, en una muestra de 131 estudiantes, los instrumentos usados fueron, Inventario de Habilidades Sociais (IHS) de Del Prete & Del Prete (2001), la Escala de Estresse Percebido (EEP) Luft et al. (2007) y Escala de satisfacción académica Costa et al. (2008), los resultados estadísticos fueron obtenidos a través del coeficiente de correlación de Pearson, los resultados hallados fueron que no existe relación entre las dimensiones de las habilidades sociales y el estrés ; hacer frente al riesgo ($p>0.05$, $r=.106$); autoafirmación en la expresión del afecto positivo ($p>0.05$, $r=.119$); conversación e ingenio social d3; ($p>0.05$, $r=.064$); auto exposición a extraños o situaciones nuevas; ($p>0.05$, $r=.069$); autocontrol de la agresividad ante situaciones aversivas; ($p>0.05$, $r=.022$);, concluyendo que el estrés percibido no guarda relación con las dimensiones de las habilidades sociales

En cuanto a los antecedentes nacionales, en Chiclayo, Guevara (2021) realizó una investigación con el objetivo determinar si existe relación entre el estrés académico y las habilidades sociales, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance correlacional, en una muestra de 90 estudiantes, los instrumentos usados fueron, el Cuestionario de estrés académico SISCO SV-21 de Barraza (2018) y el Cuestionario de Habilidades Sociales de Matamoros et al.(2014), los resultados estadísticos fueron obtenidos

con el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, los resultados hallados fueron que existe relación inversa y significativa entre el estrés académico y las habilidades sociales ($p=0.000$: $Rho=-0.626$), concluyendo que el nivel de estrés académico tienen una relación inversa.

En Puno, Mercado (2021) realizó una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre el estrés académico y las habilidades sociales, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance descriptivo correlacional, en una muestra de 231 estudiantes, los instrumentos usados fueron, el Inventario de Estrés Académico SISCO de Barraza (2018) y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein (1978), los resultados estadísticos obtenidos fueron mediante el coeficiente de correlación de Pearson, los resultados hallados fueron que existe relación significativa entre el estrés y las habilidades sociales ($p=.000$: $r= .427$), concluyendo que se establece una relación moderada y significativa entre las habilidades sociales y el estrés en los estudiantes universitarios de la facultad de medicina.

En Trujillo, Rodríguez (2020) realizó una investigación con el objetivo determinar si existe relación entre los tipos de estrategias de afrontamiento, nivel de habilidades sociales y el nivel de estrés académico, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance correlacional, en una muestra de 262 estudiantes, los instrumentos usados fueron, la Escala de medición del proceso de afrontamiento, adaptación de Calixta (2004) y la Escala de habilidades sociales de Gismero (2000) y la Escala de Percepción global de estrés EPGE de Cohen et al. (1993), los resultados estadísticos fueron obtenidos con Tau-B Kendall, los resultados hallados fueron que existe relación entre el nivel de habilidades sociales y estrés académico ($p=0.049$: $Tau-B=-0.348$), concluyendo que en su mayoría los estudiantes encuestados presentan una relación entre las habilidades sociales y

estrés académico sin embargo el margen de 0.049 es muy cerrado en relación al p valor por lo que se recomienda ampliar la muestra.

En Lima, Estela (2019) realizó una investigación cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre el estrés y las habilidades sociales, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance descriptivo correlacional, en una muestra de 231 estudiantes, los instrumentos usados fueron, la Escala de Estrés Percibido de Cohen et al. (1983) y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein, los resultados estadísticos obtenidos fueron mediante el coeficiente de correlación de Pearson, los resultados hallados fueron que existe relación significativa entre el estrés y las habilidades sociales ($p=0.000$; $r=-.281$), concluyendo que se establece una relación inversa entre las habilidades sociales y el estrés en los estudiantes universitarios que integraron la muestra.

En Callao, Palomino y Romero (2018) realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre el estrés académico y las habilidades sociales, usando como metodología el enfoque cuantitativo de corte transversal y de alcance correlacional, en una muestra de 90 estudiantes, los instrumentos usados fueron, el Cuestionario de estrés académico SISCO de Barraza y el Cuestionario de Habilidades Sociales de Gismero, los resultados estadísticos fueron obtenidos con la prueba Chi cuadrado para hallar la relación, los resultados hallados fueron que existe relación significativa entre el estrés académico y las habilidades sociales ($p=0.000$; $\chi^2=-31.262$), concluyendo que se establece una relación positiva y consistente entre las habilidades sociales y el estrés académico en los estudiantes universitarios que integraron la muestra.

Con respecto al marco teórico de la variable estrés académico: La conceptualización del estrés académico depende de muchos factores, desde factores sociales, la influencia de los roles de actuación de los involucrados, entre otros, es por ello que diversos autores

conceptualizan al estrés académico de acuerdo a su funcionalidad, es entonces que se define al estrés académico como:

El estrés tiene origen en los contextos educativos puesto que dichos contextos suponen una dinámica y constante interacción y que causa consecuencias en el área académica, social, físico y emocional (Sarubbi de Rearte & Castaldo, 2013). León (1993) señala al estrés académico como el impacto generado al estudiante en cuanto al entorno institucional de la cual es parte, así como las diversas situaciones que son fuentes de estrés como parte de la vida académica, factores como los exámenes, conflictos sociales, etc. y que impactan negativamente en la salud y rendimiento del individuo. Zárate et al. (2017) mencionan al estrés académico como aquella respuesta negativa que tiene consecuencias en los individuos y que causan un desequilibrio y se caracteriza por la falta de capacidad y recursos para hacer frente a las presiones del entorno educativo.

Teoría organizacional – estresores. Desde un punto de vista psicosocial e interpretación organizacional del mismo, se agrupa en 4 grandes factores o dimensiones los cuales explican el constructo de estrés académico; 1ra dimensión o factor son los estresores académicos, que se entiende como las fuentes ambientales institucionales como las notas, exámenes, tareas, etc. que causan presión en el individuo esto ampliado al mundo universitario hacen hincapié en las evaluaciones y la sobrecarga de los mismo que a falta de un control personal impide el adecuado manejo del mismo; 2da dimensión o factor es el estrés académico percibido por el estudiante, este hace referencia a la manera en la que el individuo vive las fuentes de estrés a nivel personal y lo que este causa en el sentimientos o emociones tales como la ira, tristeza, odio, entre otros también abordan el control de las mismas; 3ra dimensión o factor son los efectos y consecuencias del estrés académico, se refiere a los efectos causados en cuanto al tiempo de duración y si estos guardan una relación razonable y que impacto causa en el individuo pudiendo tener graves afectaciones para la

salud mental y física; y por último la 4ta dimensión o factor las variables moduladoras, que hace referencia a aquellas fuentes que ayudan al manejo, control o manipulación del estrés y que guarda relación con la edad y el sexo del individuo, así como factores biológicos y de formación educativa previas (Lazarus y Folkman, 1984; Matteson e Ivancevich, 1987, Guitierrez, 1983; Abella y Heslin, 1989).

Teoría multidimensional. Basado en la integración de la transaccional del estrés y la teoría general de los sistemas, refiere a la conceptualización del estrés académico como un estado de percepción psicológica del individuo y que presenta una respuesta hacia estímulos estresores en 3 dimensiones que la integran los cuales son; estresores; situación estresante y estrategias de afrontamiento basado en las teorías planteadas por Colle (2002); Bertalanfy (1991); Lazarus y Folkman (1986); Sidelski & Sidelski (2004) y que es propuesta por Barraza (2006) con la finalidad de integrar y dar coherencia a los modelos planteados e unificarlas para un menor manejo y entendimiento del mismo.

Teoría del proceso sistémico cognoscitivo – transaccional. Finalmente, para fines prácticos de la investigación se define al estrés académico como la expuesta por Barraza (2008) el cual la define como un proceso sistemático percibido por el individuo en un contexto de formación educativa con una finalidad adaptativa de carácter psicológico en el cual las demandas del propio contexto desbordan las estrategias de afrontamiento o de control creado un desequilibrio sistemático en cuanto a situaciones estresantes que desencadenan dicha reacción y que el individuo percibe como desagradable con la finalidad de adoptar nuevas estrategias a fin de recuperar o volver a un equilibrio, para ello define tres dimensiones que la integran:

Estresores, situaciones o fuentes de estrés que parten del medio institucional u organizacional como las demandas propias, tales como exámenes, pruebas, rendimiento, etc.

Síntomas, son las manifestaciones a nivel físico o mental que manifiesta el individuo

y que lo hace vulnerable a emociones y sentimientos al no tener el control de los mismos.

Estrategias de afrontamiento, son el conjunto de acciones sistemáticas que adopta el individuo a razón de volver a un equilibrio previa situación estresante.

Con respecto al marco teórico de la variable habilidades sociales: se define a las habilidades sociales como aquellas que ayudan a actuar de determinada manera en un marco de normas aceptadas en un grupo o cultura permitiendo con ello expresarse, defenderse y solucionar conflictos (Cárdenas, 2013). Asimismo, se define a las habilidades sociales como una serie de conductas emitidas en una situación específica, un rasgo de personalidad, una actitud, un desempeño específico, etc. (Gismero, 2002). De igual manera, Caballo (2007) define a las habilidades sociales como una serie de comportamientos reflejados en conductas en contextos sociales e interpersonales con la finalidad de expresar las actitudes, sentimientos, deseos, pensamientos, derechos o opiniones de manera eficiente y con respecto de los demás permitiendo así resolver problemas. Por lo que las habilidades sociales son entonces un constructo estudiado desde diversos modelos y que por tanto tiene diferentes definiciones, modelos explicativos y formas de medirlo (Briones, 2019). A continuación, algunas teorías que la conceptualizan:

Teoría clínica de las habilidades sociales. Es en el marco de la salud psicosocial y emocional que Wolpe, Lazarus, Alberti, Emmons, Zigler y Phillips, investigaron sobre la temática desde un punto de vista clínico y con fines terapéuticos, asimismo, los estudios realizador por Goldstein, Klein, Wood y Kazdin, enfocaron sus esfuerzos al ámbito preventivo, considerando que el aprendizaje de dichas habilidades y práctica por parte de padres y maestros sería de provecho para los niños con los que interactúan al ser estas figuras de interacción significativas.

Teoría de la Competencia social. Orientados a las características funcionales de la socialización y resolución de problemas, se basa el estudio de las habilidades sociales propuesto por, Monjas (2004) y Caballo (1993) que hacen énfasis a la función que cumplen las habilidades sociales expresadas en comportamientos, conductas, cualidades, estrategias y recursos em relaciona situaciones sociales que ayudan a desarrollar:

Aprendizaje de la reciprocidad: En la interacción con los pares es relevante la reciprocidad entre lo que se da y se recibe.

Adopción de roles: Se aprende a asumir el rol que corresponde en la interacción, la empatía, el ponerse en el lugar del otro, etc.

Control de situaciones: Que se da tanto en la posición de líder como en el seguimiento de instrucciones.

Comportamientos de cooperación: La interacción en grupo fomenta el aprendizaje de destrezas de colaboración, trabajo en equipo, establecimiento de reglas, expresión de opiniones, etc.

Apoyo emocional de los iguales: Permite la expresión de afectos, ayuda, apoyo, aumento de valor, alianza, etc.

Aprendizaje del rol sexual: Se desarrolla el sistema de valores y los criterios morales.

Para Del Prette y Del Prette (2002), las habilidades sociales se aprenden a través del aprendizaje vicario, es decir, a través de la observación del comportamiento de otros en concordancia con la asimilación mental de los modelos como sustenta Bandura. Las nociones básicas sobre aprendizajes a través de la observación, la imitación y el desarrollo de procesos cognitivos fueron ampliamente incorporados a los objetivos de las intervenciones de las habilidades sociales con el fin de potenciarlas.

Teoría multifactorial de las habilidades sociales. Como fines prácticos a la investigación se utiliza la teoría planteada por Gismero (2002) que menciona que las

habilidades sociales son un conjunto de acciones que toma el individuo respuestas que pueden ser verbales y no verbales, y que pueden ser independientes o parcializadas en cuanto a situaciones concretas como respuesta a un entorno social con la finalidad de expresar las necesidades, emociones, preferencias, sentimientos o pensamientos con asertividad y sin prejuicio propio a fin de presentar una adaptabilidad al entorno, asimismo, se menciona una serie de habilidades que la integran las cuales son:

1. Autoexpresión en situaciones sociales; Implica la habilidad para expresar lo que uno piensa de forma espontánea sin importar las circunstancias sociales presentes.

2. Defensa de los propios derechos como consumidor; Tiene que ver con la capacidad para defender los derechos propios de forma asertiva, como por ejemplo cuando alguien se cola en una fila, etc.

3. Expresión de enfado o disconformidad; Refiere a la habilidad de expresar sentimientos negativos o desacuerdos de forma asertiva sin confrontar a los demás.

4. Decir no y contar Interacciones; Tiene que ver con la destreza de negar algo y mantener dicha postura cuando la acción no es placentera o si se decide no realizarla.

5. Hacer peticiones a otras personas de algo que se desea; Implica la capacidad para pedir algo a otro ya sea a modo de favor, devoluciones, por consumo en una tienda, etc.

6. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Refiere a la habilidad para empezar una interacción con alguien del sexo contrario pudiendo ser una conversación, cumplido de connotación positiva.

Según Hernández y Mendoza (2018) la investigación presenta justificación dado que a la luz de la investigación esta debe tener un sustento en cuanto al porque realizar dicho estudio (Hernández y Mendoza, 2018). Por lo que se señala que la presente investigación tiene Justificación teórica, permite recoger información actualizada sobre la relación de las variables de habilidades sociales y estrés académico, comparando con la información

existente, utilizándose como respaldo o contribuyendo a nuevos datos. Justificación metodológica, se garantiza las propiedades psicométricas de los instrumentos, de utilidad para futuras investigaciones. Justificación práctica, puesto que a partir de los resultados permitirá implementar acciones de intervención como proyectos o programas a fin de desarrollar las habilidades sociales como factor protector para la prevención y el manejo adecuado del estrés académico, favoreciendo el desempeño académico, la inteligencia interpersonal y la salud física y mental.

1.2. Formulación del problema

Problema general

De todo lo mencionado, se formula el siguiente problema general de investigación:
¿Existe relación entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?

Problemas específicos

¿Existe relación entre las habilidades sociales y los estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?

¿Existe relación entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?

¿Existe relación entre las habilidades sociales y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.

Objetivos específicos:

Determinar la relación entre las habilidades sociales y los estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.

Determinar la relación entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.

Determinar la relación entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.

1.4. Hipótesis

Hipótesis principal

Existe relación significativa entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

Hipótesis específicas:

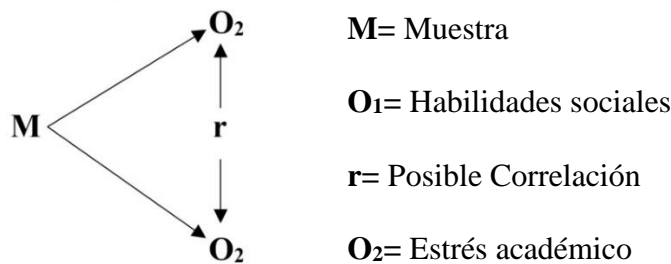
1) Existe relación significativa entre las habilidades sociales y los estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

2) Existe relación significativa entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

3) Existe relación significativa entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

En cuanto a la metodología el presente estudio es de enfoque cuantitativo pues según Hernández y Mendoza (2018) se deriva del estudio que parte del análisis numérico o matemático. En cuanto al tipo es básico puesto que cumple con el propósito de generar conocimiento científico (Hernández y Mendoza, 2018), de diseño no experimental pues no se realizó la manipulación de las variables, sino, solo se limitó a la medición de las mismas según refiere Hernández y Mendoza (2018). El nivel de alcance del estudio es correlacional como se grafica en el esquema, puesto que se pretende establecer la relación entre las variables tal, asimismo, el corte de investigación o número de toma de datos es transversal es decir se realizó la toma de muestra de las variables una sola vez.



La población según Hernández y Mendoza (2018) es el universo total de personas con características similares y la muestra es un subconjunto representativo de la población total. Razón por la cual la población del presente estudio la constituyen los estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana, asimismo. la muestra la integran 205 estudiantes de pregrado que fueron seleccionados bajo muestreo no probabilístico por conveniencia pues se determinó el número de estudiantes de acuerdo a las características propias y contexto del presente estudio tal y como señala Hernández y Mendoza (2018).

Para los criterios de inclusión se consideraron; 1) estudiantes de Lima Metropolitana; 2) estudiantes que acepten el consentimiento informado, y; 3) estudiantes de pregrado. En cuanto a los criterios de exclusión se consideró; 1) estudiantes que presenten alguna

discapacidad o problema que impidan responder los cuestionarios como ceguera, discapacidad física, etc.; 2) estudiantes de post grado; 3) alumnos menores de edad. Los criterios de inclusión y exclusión refieren a las características que presentan las unidades de estudio a fin de cumplir con los objetivos de investigación (Hernández y Mendoza, 2018).

Tabla 1
Tabla de frecuencias para las variables sociodemográficas

Variables	Grupos	Frecuencias	Porcentajes
Sexo	Femenino	86	58.0%
	Masculino	119	42.0%
	Total	205	100.0%
Ciclo universitario	1ro	11	5.4%
	2do	10	4.9%
	3ro	14	6.8%
	4to	21	10.2%
	5to	24	11.7%
	6to	24	11.7%
	7mo	26	12.7%
	8vo	38	18.5%
	9no	23	11.2%
	10mo	14	6.8%
	Total	205	100.0%
Edad	18 a 25 años	143	69.8%
	26 a 30 años	34	16.6%
	31 a 40 años	22	10.7%
	40 a más	6	2.9%
	Total	205	100%

Como indica la Tabla 1 la muestra estuvo conformada por 205 estudiantes, de los cuales 86 fueron mujeres y 119 hombres desde el 1er ciclo de estudios hasta el 10mo ciclo donde el mayor número de estudiantes son de 8vo ciclo, las edades de los encuestados oscilan entre 18 a más de 40 años, donde el rango de edad sobresaliente es el rango de 18 a 25 años con un 69.8% de los encuestados.

La técnica utilizada para la recolección de los datos es la encuesta y los instrumentos de medición que según Hernández y Mendoza (2018) son recursos que ayuda a la recolección y registro de datos e información sobre las variables de estudio, dichos instrumentos fueron:

1) Escala de Estrés Académico SISCO SV-21 de Barraza (2018) en México, es una escala de autoinforme tipo Likert de seis opciones de respuesta que va desde cero = nunca hasta cinco = siempre, escala que está integrado por seis dimensiones; Estresores, ítems del 1 al 7; Síntomas, ítems del 8 al 14, y; estrategias de afrontamiento, ítems del 15-21 en redacción inversa. Asimismo, para la presente investigación cuenta con evidencias de propiedades psicométricas en Perú realizado por Olivas et al. (2021) en una muestra de 560 estudiantes universitarios de ambos sexos y de 18 a 50 años de Lima Metropolitana de universidades privadas y públicas. Dichos autores reportan una validez por análisis factorial confirmatorio: CFI=.929, TLI=.920, RMSEA=.083 [.078-.088], SRMR=.061. De igual manera, presenta confiabilidad obtenido mediante Coeficiente de Omega ($\omega > .80$) para los tres factores: estresores=.90, síntomas=.89, y estrategias de afrontamiento=.89. evidenciando validez y confiabilidad en universitarios de Lima. Asimismo, presenta una Baremación en estudiantes universitarios peruanos por Alania et al. (2021) presentando así validez mediante coeficiente de correlación r de Pearson corregido y análisis factorial confirmatorio con un KMO de .889, también presenta confiabilidad mediante coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach de .946 .

2) Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero (2000) en España, es una escala de autoinforme tipo Likert de cuatro opciones de respuesta que va desde 1= no me identifico en lo absoluto a 4= muy de acuerdo, escala que está integrado por seis dimensiones; Autoexpresión de situaciones sociales ítems 1, 2, 10, 11, 19, 20, 26 y 29; Defensa de los propios derechos como consumidor ítems 3, 4, 21 y 30; Expresión de enfado o

disconformidad ítems 13, 22, 31 y 32; Decir no y cortar interacciones ítems 5, 14, 15, 23, 24 y 33; Hacer peticiones ítems 6, 7, 16, 25 y 26; E iniciar interacción positiva con el sexo opuesto ítems 8, 9, 17, 18 y 27. Escala que cuenta con validez por análisis factorial exploratorio para su versión de 21 ítems por medio de la prueba de esfericidad de Barlett teniendo significancia de .000 y mediante test de KMO con un valor de .896 mostrando así validez. De igual manera, presenta confiabilidad obtenido mediante Coeficiente Omega ($\omega > .88$). La escala fue adaptada al Perú por Ruiz (2008) quien también realizó los baremos en la población peruana, reportando coeficiente de validez ítem. Test con valores generales que oscilan entre $r = .259$ y $r = .378$, asimismo, reporta confiabilidad por Alfa de Cronbach en sus dimensiones que oscilan entre .873 a .894. Finalmente, cuenta con evidencia de propiedades psicométricas desarrollada por Alburqueue (2020) en estudiantes universitarios en Piura, reportando así una validez por juicio resultados obtenidos mediante V de Aiken de 1.00 mostrando concordancia y claridad, asimismo, reporta validez de constructo mediante análisis factorial reportando un KMO de .862 y manteniendo los 33 ítems originales, finalmente, presenta confiabilidad mediante Coeficiente de Omega de .941. Concluyendo en el reporte de baremos generales y por dimensiones.

Para la siguiente investigación se realizó las pruebas de validez para ambos instrumentos donde se confirmó la validez de contenido mediante juicio de expertos obteniendo un valor total de 1 según la aplicación de la prueba V de Aiken que indica que el instrumento “Habilidades sociales” es altamente válido, asimismo se confirmó que el instrumento “Estrés académico” con un valor total de 1, concluyendo que ambos instrumentos son válidos para su aplicación como se evidencia en la tabla 2.

Tabla 2
Validez de contenido por juicio de expertos de los instrumentos de medición

Instrumento	Juez	Claridad	Relevancia	Pertinencia	Total
Habilidades Sociales	1	1	1	1	1
	2	1	1	1	1
	3	1	1	1	1
	4	1	1	1	1
	5	1	1	1	1
Estrés Académico	1	1	1	1	1
	2	1	1	1	1
	3	1	1	1	1
	4	1	1	1	1
	5	1	1	1	1

Asimismo, para la confiabilidad se aplicó una prueba piloto donde se obtuvo luego del análisis de consistencia interna de Omega de McDonald para las habilidades sociales obteniendo un valor de total de .888, que indica que es confiable, asimismo, para el estrés académico obtuvo un valor total de Omega de McDonald de .889 que indica que es confiable, concluyendo así que ambos instrumentos son confiables para su aplicación como indica la tabla 3.

Tabla 3
Reporte de las evidencias de fiabilidad de los instrumentos que miden habilidades sociales y estrés académico

Variable	Dimensiones	Media	Desviación Estándar	Alfa	Omega
Habilidades sociales $\alpha=.888$	Autoexpresión	2.10	.627	.769	.776
	Defensa	2.26	.594	.358	.426
	Enfado	2.20	.676	.556	.602
	Decir No	2.09	.690	.734	.748
	Peticiones	2.54	.544	.310	.439
	Interacciones	2.20	.605	.597	.678
	Estresores	3.76	.915	.822	.828

Estrés	Síntomas	3.50	1.22	.908	.910
académico	Estrategias de				
$\alpha=,889$	afrontamiento	4,18	1.17	.927	.930

Para el proceso de recolección de datos se virtualizó mediante formularios de Google, así como, también se agregó el apartado de consentimiento informado para ambas escalas, posteriormente se creó un grupo de WhatsApp con los colaboradores de la investigación donde se dio la bienvenida y se procedió a compartir las escalas. Finalmente, se agradeció a los colaboradores de la investigación y se descargó la base de datos de las escalas en hoja de cálculo Excel.

Para el análisis de los datos se reemplazaron las respuestas de cualitativas a cuantitativas, posteriormente se codificaron las dimensiones y se obtuvieron los resultados generales y de dimensiones para la variable estrés académico en la base de datos en Excel, posteriormente, se trasladaron los resultados al programa estadístico IBM SPSS Statistics Versión 21 donde se utilizó para el análisis descriptivo tablas de frecuencias para valores sociodemográficos y niveles obtenidos a nivel general, así como, en las dimensiones de la escala de estrés académico, luego se procedió a la aplicación de la prueba de normalidad mediante Kolmogorov Smirnov al ser la muestra mayor a 50 casos determinando así el análisis inferencial o prueba de hipótesis por medio de la estadística no paramétrica mediante coeficiente de correlación de Spearman.

Tabla 4

Prueba de normalidad en las habilidades sociales, estrés académico y sus respectivas dimensiones

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades Sociales	.062	205	.056
H. Autoexpresión	.113	205	.000
H. Defensa	.092	205	.000
H. Enfado	.097	205	.000
H. Decir No	.076	205	.006
H. Peticiones	.119	205	.000
H. Interacciones	.082	205	.002
Estrés académico	.062	205	.034
E. Estresores	.072	205	.011
E. Síntomas	.061	205	.062
E. Estrategias de afrontamiento	.069	205	.020

En la tabla 4 se evidencia que el total de la variable habilidades sociales presenta normalidad con un valor de .056, de igual manera la dimensión de síntomas de la variable estrés académico, no obstante, los demás datos no presentan normalidad, por lo que se concluye que no existe normalidad en la muestra (Sig. <.05), por lo que el análisis inferencial será mediante una prueba de correlación no paramétrica.

Finalmente, cabe resaltar que la presente investigación se enmarca bajo aspectos éticos establecidos por; en primer lugar y en el contexto institucional bajo el Manual de Ética en Investigación para la Participación y Gestión de los Trabajos de Investigación Científica Científica o de Innovación de la Universidad Privada del Norte; en segundo lugar y en el contexto nacional bajo el Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú CDR 1 en su Capítulo III - De la Investigación; y finalmente, en el contexto internacional bajo el Código de conducta establecido por la American Psychological Association (APA). Que en síntesis refieren a que el trabajo del investigador debe realizarse bajo; el marco científico pertinente utilizando métodos e instrumentos que presenten evidencia científica;

el marco de responsabilidad y calidad humana priorizando el bien común del participante y garantizando su libre participación y dimisión, así como, asegurar la privacidad y reserva de la identidad, asegurando el trabajo bajo el marco del consentimiento informado; y finalmente, presentar transparencia y honestidad en la información presentada evitando caer en fraudes o presentar plagios que perjudiquen el trabajo de otros investigadores asegurando así la correcta cita de los mismos, así como las referencias.

CAPÍTULO III: RESULTADOS
Tabla 5

Correlación entre habilidades sociales y estrés académico en universitarios de Lima Metropolitana 2022

		Estrés Académico
	r_s	-.397**
Habilidades sociales	p (sig. bilateral)	.000
	n	205

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral), r_s : Test de correlación de Spearman, p =significancia estadística.

En la tabla 5 se observa que al correlacionar habilidades sociales y estrés académico se halló una significancia de ($p=0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que existe relación significativa, en consecuencia, se rechaza hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Así mismo, de acuerdo al coeficiente de correlación Rho de Spearman se halló un valor $\rho = -.397^{**}$, que significa que la correlación es negativa y de fuerza débil entre habilidades sociales y estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022.

Tabla 6

Correlación de habilidades sociales y los estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

		Estresores
	r_s	-.364**
Habilidades sociales	p (<i>sig bilateral</i>)	.000
	n	205

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral), r_s : Test de correlación de Spearman, p =significancia estadística.

En la tabla 6 se observa que al correlacionar habilidades sociales y estresores se halló una significancia de ($p=,000 < 0,05$) con un coeficiente de correlación Rho de Spearman de $\rho=-,364^{**}$, que significa que la correlación es negativa y de fuerza débil, lo que permite afirmar que existe relación significativa, en consecuencia, se rechaza la primera hipótesis nula y se acepta hipótesis alterna.

Tabla 7

Correlación de habilidades sociales y síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

		Síntomas
	r_s	-.392**
Habilidades sociales	p (<i>sig bilateral</i>)	.000
	n	205

Nota. **. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral), r_s : Test de correlación de Spearman, p =significancia estadística.

En la tabla 7 se observa que al correlacionar habilidades sociales y síntomas se halló una significancia de ($p=0,000 \leq 0,05$), lo que permite afirmar que existe relación significativa, en consecuencia, se rechaza la hipótesis nula y se acepta hipótesis alternativa. Así mismo, de acuerdo al coeficiente de correlación Rho de Spearman se halló un valor $\rho = -.394^{**}$, que significa que la correlación es negativa y de fuerza débil entre las habilidades sociales y síntomas del estrés académico.

Tabla 8

Correlación de habilidades sociales y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022

		Estrategias de afrontamiento
	r_s	.012
Habilidades sociales	p (<i>sig bilateral</i>)	.863
	n	205

En la tabla 8 se observa que al correlacionar habilidades sociales y estrategias de afrontamiento se halló una significancia de ($p=0,863 \geq 0,05$), lo que permite afirmar que no existe una relación, en consecuencia, se acepta la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alternativa.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

De acuerdo al orden del análisis estadístico se presentan las discusiones y conclusiones de la presente investigación por lo que:

De acuerdo al objetivo general de determinar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022. Se halló una significancia de ($p = .000$ y $\rho = -.397$), lo que permite afirmar que existe relación inversa significativa y de fuerza baja entre habilidades sociales y estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022. Estos resultados coinciden con la investigación de Estela (2019) que encontró una correlación débil e inversa ($p = .000$ y $r = -.281$). Así mismo, difiere con los resultados de Hardi et al. (2018) que, aunque encuentra relación está es directa y fuerte ($p = .000$ y $r = .739$), mismo caso que presenta Guevara (2021) que también halló una correlación directa y fuerte ($p = .000$ y $r = .626$), de igual forma, Mercado (2021) halló una correlación positiva y moderada ($p = .000$ y $r = .427$). Por lo que, se confirma con la teoría de Barraza (2008) quien refiere que el estrés es un proceso sistemático en contextos educativos y que aparecen cuando se sobrepasan los recursos para afrontar las situaciones de estrés y que no guarda relación directa con las conductas que se emiten socialmente ante situaciones y contextos sociales (Gismero, 2022) por lo que la relación sería más bien inversa como demuestran los resultados en la muestra seleccionada y que se resalta que son los resultados hallados única y exclusivamente a la muestra de estudio debido a su selección mediante muestreo no probabilístico que no permite la generalización de los resultados.

De igual manera y de acuerdo al primer objetivo específico de determinar la relación entre las habilidades sociales y los estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022. Se halló una significancia de ($p = .000$ y $r = -.364$), lo que permite afirmar que existe relación inversa significativa y de fuerza baja entre habilidades sociales y los

estresores en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022. Estos resultados coinciden con la investigación de Guevara (2021) que encontró una correlación moderada e inversa ($p.000$ y $r -.512$). Así mismo, difiere con los resultados de Mercado (2021) que, aunque encontró correlación está es directa y fuerte ($p. 000$ y $r .611$), mismo caso que presenta Palomino (2019) que también halló una correlación positiva ($p .000$ y $\text{Chi } 74.430$). Por lo que se confirma con la teoría de Barraza (2008) quien refiere que los estresores son estímulos que aparecen en contextos educativos tales como exámenes, trabajos, etc. y que aparecen cuando se sobrepasan los recursos para afrontar las situaciones de estrés y que si guarda relación inversa con las conductas que se emiten socialmente ante situaciones y contextos sociales (Gismero, 2022) puesto que a mayor estímulos de estrés repercute en la conducta social como podría ser aislarse, estar de mal humor, etc.

Asimismo, de acuerdo con el segundo objetivo específico de determinar la relación entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022. Se halló una significancia de ($p .000$ y $r -,392$, lo que permite afirmar que existe relación inversa significativa y de fuerza baja entre habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022. Estos resultados coinciden con la investigación de Guevara (2021) que encontró una correlación moderada e inversa ($p.000$ y $r -.613$). Así mismo, difiere con los resultados de Mercado (2021) que, aunque encontró correlación está es directa y fuerte ($p. 000$ y $r .688$), de igual manera, difiere con el estudio de Palomino (2019) que halló una correlación directa ($p .024$ y $\text{Chi } 16.132$). Por lo que se confirma con la teoría de Barraza (2008) quien refiere que los síntomas son las manifestaciones psicológicas y físicas ante la aparición del estrés en los contextos educativos por lo que si guarda relación inversa con las conductas que se emiten socialmente ante situaciones y contextos sociales (Gismero, 2022) puesto que a mayores síntomas presentes

en la persona repercute en la conducta social como podría ser cambio de estados de ánimo, mal humor, etc.

Finalmente, en cuanto al tercer objetivo específico de determinar la relación entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022. Se halló una significancia de ($p .863$), lo que permite afirmar que no existe relación entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana 2022. Estos resultados no coinciden con ninguno de los antecedentes citados en el presente estudio, no obstante, difiere de la investigación de Guevara (2021) que encontró una correlación moderada y directa ($p.000$ y $r 416$). Así mismo, también difiere con los resultados de Mercado (2021) que encontró correlación directa y moderada ($p. 000$ y $r .586$), mismo caso que presenta Palomino (2019) que también halló una correlación positiva ($p .037$ y $Chi 10.168$). Por lo que se confirma con la teoría de Barraza (2008) quien refiere que las estrategias de afrontamiento como las acciones para la adaptación y equilibrio de las situaciones estresantes por lo que no guarda relación directa con las conductas que se emiten socialmente ante situaciones y contextos sociales (Gismero, 2022) puesto que a pesar de sentir estrés y contar con las estrategias de afrontamiento ideales no repercute en la conducta social como podría ser aislarse, estar de mal humor, etc.

Es importante mencionar que durante la realización de la investigación hubo limitaciones, no se pudo utilizar un muestreo probabilístico debido a la falta de acceso libre a la población estudiada, por lo que los alcances de la investigación no pueden ser generalizadas a la población, sino que solo se presenta en la muestra seleccionada, otra fue que buena parte de antecedentes eran de acceso cerrado o de solicitud de tiempo, por lo que unido a la limitante del tiempo no se pudieron conseguir para citarlos en el presente estudio, asimismo, no se pudo establecer un contacto directo favorable para la obtención de los datos de la muestra, recurso tiempo para la realización del estudio también fue una limitante.

Las implicancias que se presenta como resultado de la investigación en una primera instancia contribuyó a la generación de literatura científica del comportamiento de las variables de las habilidades sociales y el estrés académico en el contexto de una universidad privada, punto de referencia o partida para futuros estudios. A nivel práctico, a partir de los resultados descriptivos que evidencian los niveles de estrés académico, así como, los niveles en las habilidades sociales de la muestra, la relación entre ambas variables, datos estadísticos de gran utilidad para el planteamiento de programas de prevención o de promoción de la salud a fin de evaluar, prevenir o intervenir en dicha problemática, así como sensibilizar sobre la ocurrencia del estrés académico en la incidencia de las habilidades sociales en el entorno estudiantil, finalmente el estudio en una tercera instancia, contribuye en un aspecto metodológico pues se confirman las propiedades psicométricas de los instrumentos usados pues se reportaron en la investigación la validez y confiabilidad alta, apto para su aplicación, de gran beneficio para futuros investigadores que busquen realizar investigaciones con las variables en el contexto académico universitario.

Por lo que se concluye, según el objetivo general, que existe una correlación significativa negativa baja entre las variables habilidades sociales y estrés académico, de acuerdo a los resultados estadísticos de correlación Rho de Spearman. Lo que nos da entender que, a mayores habilidades sociales, menor estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022. Sin embargo, de acuerdo a la fuerza baja se puede afirmar que existen otras variables con que se relacionen de manera más significativa entre las variables de estudio.

De acuerdo con el primer objetivo específico planteado, se halló una relación significativa negativa, de fuerza débil entre habilidades sociales y la dimensión estresores,

con los resultados estadísticos de correlación Rho de Spearman. Lo que nos da entender que a mayores habilidades sociales menor son los estresores del estrés, sin embargo, de acuerdo a su fuerza baja, se puede afirmar que existen otras variables que se relacionan de manera mucho más fuerte.

Por consiguiente, en el segundo objetivo específico planteado, se halló una relación significativa negativa y de fuerza débil entre habilidades sociales y los síntomas del estrés, de acuerdo a los resultados estadísticos de correlación Rho de Spearman. Lo que nos da entender que ha mayores habilidades sociales menor síntomas del estrés académico en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022. Sin embargo, de acuerdo a su fuerza débil se puede afirmar que existe otras variables con una relación mucho más fuerte.

De acuerdo con el tercer objetivo específico planteado, no existe una relación significativa entre habilidades sociales y la dimensión estrategias de afrontamiento. Se deduce que la variable habilidades sociales no es un factor influyente en la presencia de estrategias de afrontamiento al estrés en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022, puesto que las variables son independientes.

REFERENCIAS

- Alania, R., Chanca, A., Condori, M., Fabián, E., Rafaele de la Cruz, M., Ortega, D. I. D., Roque, D., Villavicencio, A. y Zorrilla, A. (2021). Baremación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV adaptado al contexto de COVID-19 en una población universitaria peruana. *Socialium*, 5(1), 242-260.
<https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2021.5.1.814>
- Alburqueue, F. (2020). *Evidencia de los procesos psicométricos de la Escala de Habilidades Sociales en estudiantes de las universidades de la ciudad de Piura* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo, Piura].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53903/Alburqueue_GFP%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ante, P. (2017). *Autoestima y dependencia emocional en los estudiantes de los primeros semestres de la universidad técnica de Cotopaxi* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato].
<http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/24761/2/Ante%20Tigasi%20Paulina%20Elizabeth.pdf>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. Universidad Pedagógica de Durango. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* 9(3).
<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- Bertalanffy, L. (1991). *Teoría General de Sistemas*. Fondo de Cultura Económica.
- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Siglo XXI.

- Cantillo, E. y Yaguna, J. (2016). *Habilidades sociales y promedio académico en adolescentes universitarios de ciencias administrativas, contables y comercio internacional* [Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]
https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/14685/1/2016_habilidades_sociales_promedio.pdf
- Carrasquillo, S. (2021). *Relación entre el uso adictivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universidad Ana G. Méndez].
<https://www.proquest.com/openview/1077275343dd7d387f3215381193512a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Colegio de Psicólogos del Perú (2017). *Código de Ética y Deontología*.
https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Colle, R. (2002). *¿Qué es la teoría cognitiva sistémica de la comunicación?* Santiago de Chile. Universidad Diego Portales.
- Costa, Z., Mayra de Jesus, C. & Blanca, J. (2018). Habilidades Sociais, Estresse, Desempenho Acadêmico em Universitários de Moradias Coletivas. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas* 14(1). DOI: 10.5935/1808-5687.20180004
- Chumbes, E. & Soldevilla, G. (2022). *Habilidades sociales en estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima Norte: un estudio comparativo, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte].
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30121/Chumbes%20Panana%2c%20Esthefany%20Cecilia%20-%20Soldevilla%20Rivera%2c%20G%c3%a9nesis%20Vanessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Enmiendas (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta American Psychological Association* (APA).

http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf

Erasmus & European Unión (2020). *Toolkit for Assessing Social and Emotional Skills at School*.

https://www.researchgate.net/publication/343290344_Toolkit_for_Assessing_Social_and_Emotional_Skills_at_School

Estela, M. (2019). *Relación de estrés con las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la universidad pública de Lima Metropolitana 2017* [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional Federico Villareal].
<http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3801>

Fiszbein, A., Cosentino, C., y Cumsille, B. (2016). El desafío del desarrollo de habilidades en América Latina. Un diagnóstico de los problemas y soluciones de política pública. *Diálogo Interamericano, Mathematica Policy Research, CAF*. Washington.
<http://scioteca.caf.com/handle/123456789/1031>

González Velázquez, L. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociados a la pandemia por COVID-19. *Espacio I+D, innovación más desarrollo*, 9(25).
<https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>

Hardi, H., Ekosiswoyo, R., Sugiharto, D. Y., & Prihatini, T. (2018). Effect of Educator's Soft Skills, Organization Atmosphere, and Academic Stress on the Self-efficacy of the Army's NCO Cadets in Rindam Jaya Jakarta. *The Journal of Educational Development*, 6(2), 154-164. <https://doi.org/10.15294/jed.v6i2.22137>

Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativas. Cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.

IESALC. (2020). Covid-19 y educación superior: de los efectos inmediatos al día después.

Análisis de impactos, respuesta y recomendaciones. UNESCO.

<http://www.iesalc.unesco.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-060420-ES-2.pdf>

Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona.

Llanos, C. (2016). *Efectos de un Programa de enseñanza en habilidades sociales* [Tesis

doctoral, Universidad de Granada].

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/858/15885574.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mercado, Y. (2021). *Estrés académico y habilidades sociales en estudiantes de la facultad*

de medicina humana de una universidad nacional de Puno – 2020 [Tesis de

licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1935/Mercado%20Estevez%2c%20Yessica%20Vilma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

MINEDU (2019). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado*

de la salud mental. [https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-](https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental)

[y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-](https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental)

[mental](https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental)

Monjas, M. (2002). *La competencia personal y social: presente y futuro. Jornadas sobre*

habilidades sociales. Valladolid.

OECD (2021), *Beyond Academic Learning: First Results from the Survey of Social and*

Emotional Skills, OECD Publishing, Paris. <https://doi.org/10.1787/92a11084-en>.

Ramírez, O., Estévez, R., Pérez, M., Sánchez, A., Ángeles, G., & Basset, I. (2021). Nivel de

Afrontamiento al Estrés Académico de Estudiantes de la Licenciatura en Enfermería

Sarubbi de Rearte, E. & Castaldo, R. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. *V Congreso Internacional de Investigación y Práctica profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Nuevo encuentro de investigadores en Psicología MERCASUR*. Universidad de Buenos Aires, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-054/466>

Sidelski, D. & Sidelski, P. (2004). *Estrés laboral y Teoría General de Sistemas*. <http://www.practicaintegral.com.ar/cuad%203/estorg%20w.htm>.

Srisongkhram, W. & Srisongkhram, W. (2019). Learning Skills and Academic Stress Coping Styles in Senior High School Students. *Human Behavior Development and Society* 4. <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/hbds/article/view/186812>

UNICEF (2020). Importancia del desarrollo de habilidades transferibles en América Latina y el Caribe. *Documento de discusión*. https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org/lac/files/2020-07/Importancia-Desarrollo-Habilidades-Transferibles-ALC_0.pdf

UNICEF (2021). *Desarrollo de documento técnico para la evaluación y entrenamiento en habilidades sociales*. Para niños, niñas y adolescentes. <https://www.unicef.org/peru/desarrollo-de-documento-tecnico-para-la-evaluacion-y-entrenamiento-en-habilidades-sociales-nna>

Universidad Privada del Norte (2016). *Manual de Ética en Investigación para la Participación y Gestión de los Trabajos de Investigación Científica o de Innovación de la Universidad Privada del Norte*. <https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/2020-06/codigo-etica-investigador-cientifico-upn.pdf>

- Vásquez, L., Vila, D. y Tuesta, J. (2020). Habilidades blandas y el impacto de la covid-19 en la educación superior. *Review of Global Management*, 6(1), 41-49.
<https://doi.org/10.19083/rgm.v6i1.1488>
- Viera, N., Romera, V. y Gonçalves, M.(2018). Influence of Social Skills and Stressors on Academic Achievement in the Sixth-Grade. *School and Educational Psychology* 28.
<https://doi.org/10.1590/1982-4327e2819>.
- World Health Organization. (2020). *Overview of public health and social measures in the context of COVID-19: interim guidance*.
- Zárate, N., Soto, M., Castro, M. & Quintero, J. (2017). Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas. *Revista de Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4), 92-98.

ANEXOS

Anexo n°1. Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA					
MENCIÓN:		LINEA DE INVESTIGACIÓN: Salud, Desarrollo humano, Convivencia saludable e inclusión social.			
TÍTULO: <i>Habilidades sociales y estrés académico en estudiantes universitarios de Lima metropolitana, 2022.</i>					
AUTOR: <i>García Gil, Nikol Celeni y Quiñones Pedrozo, Wendy Milagros</i>					
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES		
Problema General:	Objetivo General:	Hipótesis General:	VARIABLE 1: Habilidades Sociales		
¿Existe relación entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.	Existe relación significativa entre las habilidades sociales y el estrés académico en estudiantes de Lima Metropolitana 2022.	Dimensiones	Indicadores	ÍTEMS E ÍNDICES
Problemas específicos:	Objetivos Específicos:	Hipótesis específicas:	Autoexpresión en situaciones sociales	Implica la habilidad para expresar lo que uno piensa de forma espontánea sin importar las circunstancias sociales presentes.	1, 2, 10, 11, 19, 20, 28 y 29.
¿Existe relación entre las habilidades sociales y los estresores en estudiantes	Determinar la relación entre las habilidades sociales y los estresores	Existe relación significativa entre las habilidades sociales y los estresores en			

universitarios de Lima Metropolitana, 2022?	en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.	estudiantes de Lima Metropolitana 2022.			
¿Existe relación entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.	Existe relación significativa entre las habilidades sociales y los síntomas en estudiantes de Lima Metropolitana 2022.	Defensa de los propios derechos como consumidor	Tiene que ver con la capacidad para defender los derechos propios de forma asertiva, como por ejemplo cuando alguien se cola en una fila, etc.	3, 4, 12, 21 y 30.
¿Existe relación entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2022.	Existe relación significativa entre las habilidades sociales y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de Lima Metropolitana 2022.	Expresión de enfado o disconformidad	Refiere a la habilidad de expresar sentimientos negativos o desacuerdos de forma asertiva sin confrontar a los demás.	13, 22, 31 y 32.
	-		Decir no y cortar interacciones	Tiene que ver con la destreza de negar algo y mantener dicha postura cuando la acción no es placentera o si se decide no realizarla.	5, 14, 15, 23, 24 y 33.
	-		Hacer peticiones	Implica la capacidad para pedir algo a otro ya sea a modo de favor, devoluciones, por consumo en una tienda, etc.	6, 7, 16, 25 y 26.

	-		Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Refiere a la habilidad para empezar una interacción con alguien del sexo contrario pudiendo ser una conversación, cumplido de connotación positiva	8, 9, 17, 18 y 27.
	-				
METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	Variable 2: Estrés académico		
MÉTODO: OBSERVACIONAL ENFOQUE: CUANTITATIVO TIPO : BÁSICA DISEÑO: NO EXPERIMENTAL CORTE: TRANSVERSAL NIVEL DE ALCANCE: Correlacional	POBLACIÓN: Estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima Metropolitana, 2022. TIPO DE MUESTRA: No probabilística, por conveniencia. TAMAÑO DE MUESTRA: 200 estudiantes universitarios.	Variable 1: Habilidades sociales Técnicas: Instrumento Instrumentos: Escala de Habilidades Sociales Autor: Dra. Elena Gismero Gonzáles (2000) Adaptado. Ps. César Ruiz Alva (2008) Validez: Análisis KMO 0.862 Confiabilidad: Coeficiente de Omega 0.94 Ámbito de Aplicación:	Dimensiones	Indicadores	ÍTEMS E ÍNDICES
			Estresores	Frecuencia en la que aspectos correspondientes a situaciones académicas generan estrés en el individuo	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,
			Síntomas	Frecuencia en la que se presentan reacciones sintomatológicas cuando se está sometido a estrés.	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 y 15
			Estrategias de afrontamiento	Frecuencia de uso de estrategias y/o acciones para afrontar las situaciones de estrés.	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21

		<p>Estudiantes universitarios.</p> <p>Forma de Administración: Formulario</p> <p>Variable 2: Inventario de Estrés Académico SISCO SV</p> <p>Autor: Barraza (2007, 2018)</p> <p>Adaptado: Dr. Rubén Alania, Mg. Rosario Llancari, Lic. Mauro De la Cruz y Daniela Ortega</p> <p>Validez: V de Aiken 0.75</p> <p>Confiabilidad: Alfa de Cronbach 0.88</p> <p>Ámbito de Aplicación: Estudiantes universitarios</p> <p>Forma de Administración: Formulario</p>			
ANÁLISIS DE RESULTADOS					

ESTADISTICA DESCRIPTIVA:

- Tablas de frecuencias

INFERENCIAL:

- Coeficiente de correlación Rho de Spearman

DE PRUEBA:

- Prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov

Anexo n°2. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Escala de medición
Estrés académico	refiere a la conceptualización del estrés académico como un estado de percepción psicológica del individuo y que presenta una respuesta hacia estímulos estresores en 3 dimensiones que la integran los cuales son; estresores; situación estresante y estrategias de afrontamiento (Colle, 2002)	Es definida como un proceso sistemático percibido por el individuo en un contexto de formación educativa con una finalidad adaptativa de carácter psicológico en el cual las demandas del propio contexto desbordan las estrategias de afrontamiento o de control creado un desequilibrio sistemático en cuanto a situaciones estresantes que desencadenan dicha reacción y que el individuo percibe como desagradable con la finalidad de adoptar nuevas estrategias a fin de recuperar o volver a un equilibrio, para ello define 3 dimensiones que la integran Barraza (2008)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Estresores. 2. Síntomas. 3. Estrategias de afrontamiento. 	Ordinal
Habilidades sociales	las habilidades sociales son aquellas estrategias y recursos que ayudan a actuar de determinada manera en un marco de normas aceptadas en un grupo o cultura permitiendo con ello expresarse, defenderse y solucionar conflictos (Cárdenas, 2013).	Es definida como una serie de conductas emitidas en una situación específica, un rasgo de personalidad, una actitud, un desempeño específico, etc. (Gismero, 2002).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Autoexpresión en situaciones sociales 2. Defensa de los propios derechos como consumidor 3. Expresión de enfado o disconformidad 4. Decir no y cortar interacciones 5. Hacer peticiones. 6. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto 	Ordinal

Anexo n°3. Escala de Estrés Académico SISCO

El Inventario SISCO para el estudio del estrés académico

A continuación, se presenta el Inventario SISCO para el estudio del estrés académico que fue formulado originalmente en el año 2007 y que consta de 37 ítems

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

Sí

No

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

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

1	2	3	4	5

3.-Dimensión estresores

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de aspectos que, en mayor o menor medida, suelen estresar a algunos alumnos. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia cada uno de esos aspectos te estresa? tomando en consideración la siguiente escala de valores:

Nunca	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi Siempre	Siempre
N	CN	RV	AV	CS	S

¿Con qué frecuencia te estresa:

		N	CN	RV	AV	CS	S
1	La sobrecarga de tareas y trabajos escolares que tengo que realizar todos los días						
2	La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
3	La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
4	El nivel de exigencia de mis profesores/as						
5	El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
6	Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
7	La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						

4.- Dimensión síntomas (reacciones)

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de reacciones que, en mayor o menor medida, suelen presentarse en algunos alumnos cuando están estresados. Responde, señalando con una X, ¿con que frecuencia se te presentan cada una de estas reacciones cuando estás estresado? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior

¿Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:

	SÍNTOMAS	N	CN	RV	V	CS	S
8	Fatiga crónica (cansancio permanente) Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
9	Fatiga crónica (cansancio permanente) Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						

10	Ansiedad, angustia o desesperación Problemas de concentración						
11	Ansiedad, angustia o desesperación Problemas de concentración						
12	Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
13	Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
14	Desgano para realizar las labores escolares						

5.- Dimensión estrategias de afrontamiento

Instrucciones: A continuación, se presentan una serie de acciones que, en mayor o menor medida, suelen utilizar algunos alumnos para enfrentar su estrés. Responde, encerrando en un círculo, ¿con que frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés? tomando en consideración la misma escala de valores del apartado anterior

¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:

	ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	N	CN	RV	AV	CS	S
15	Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
16	Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
17	Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
18	Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
19	Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
20	Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
21	Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

Anexo n°4. Escala de Habilidades Sociales (EHS)
ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES
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 esta la frase que esta respondiendo.

1	A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer tonto	A	B	C	D
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo				
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.				
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado				
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"				
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado				
7	Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.				
8	. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.				

9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.				
10	Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo				
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.				
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle				
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.				
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla				
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme				
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto				
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.				
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a A B C D entablar conversación con ella.				
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás				
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.				
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.				
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado				
23	Nunca se cómo "cortar " a un amigo que habla mucho				
24	cuando decido que no me apetece volver a salir con unas personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión				

25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo				
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor				
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita				
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico				
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo				
30	Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta				
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados				
32	Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas.				
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces				
	TOTAL				

Anexo n°5. Permiso de uso de los instrumentos por los autores

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Lima, 24 de octubre del 2022

Autor: Dr. Rubén Alania, Mg. Rosario Llancari, Lic. Mauro De la Cruz y Daniela Ortega
PRESENTE

De mi especial consideración:

Nos es grato dirigirnos a usted para expresarle un cordial saludo y a la vez presentarnos, nuestros nombres son Nikol Celeni Garcia Gil n° 76277893 y Wendy Milagros Quiñones Pedrozo con n° de DNI 72481750, estudiantes de la carrera profesional de psicología, actualmente estamos realizando una investigación por la Universidad Privada de Norte, haciendo uso del instrumento Inventario de Estrés Académico SISCO SV, que su persona ha construido. Por lo cual solicito, tenga a bien, proporcionarme una carta de autorización del uso del instrumento, que solo tiene fines académicos.

Hago propicia la ocasión para reiterarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente



Firma
Nikol Garcia



Firma
Wendy Quiñones

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Lima, 24 de octubre del 2022

Autor: César Ruiz Alva

PRESENTE

De mi especial consideración:

Nos es grato dirigirnos a usted para expresarle un cordial saludo y a la vez presentarnos, nuestros nombres son Nikol Celeni Garcia Gil n° 76277893 y Wendy Milagros Quiñones Pedrozo con n° de DNI 72481750, estudiantes de la carrera profesional de psicología, actualmente estamos realizando una investigación por la Universidad Privada de Norte, haciendo uso del instrumento Escala de Habilidades Sociales, que su persona ha construido. Por lo cual solicito, tenga a bien, proporcionarme una carta de autorización del uso del instrumento, que solo tiene fines académicos.

Hago propicia la ocasión para reiterarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente



Firma
Nikol Garcia



Firma
Wendy Quiñones

Anexo n°6. Formulario de Google

¡ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES Y ESTRÉS ACADÉMICO

Preguntas Respuestas 205 Configuración



Sección 1 de 4

"HABILIDADES SOCIALES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA, 2022"

Estimados participantes, estos cuestionarios están orientados a recolectar información acerca de las habilidades sociales y estrés académico, por lo cual se utilizará exclusivamente para fines académicos de investigación, las respuestas obtenidas se mantendrán bajo confidencialidad, no hay respuestas correctas o erróneas, asimismo, debe responder según su criterio y con sinceridad. Para iniciar este formulario es importante tener su consentimiento de participación, si esta de acuerdo aceptar y continuar con el

Link del Formulario: <https://forms.gle/vBoRdVr8whTz2MXT7>

Anexo n°7. Consentimiento informado

Sección 2 de 4

Consentimiento Informado

APRECIADOS ESTUDIANTES: Tengan cada uno de ustedes buenos días, buenas tardes o buenas noches, deseando salud y bienestar. Le informamos que estamos realizando una investigación para identificar los niveles de habilidades sociales y estrés académico que presentan los estudiantes universitarios. Por lo que le invitamos a participar de manera libre y voluntaria, confirme su disposición a colaborar respondiendo todas las preguntas con honestidad. Todas sus respuestas son válidas, anónimas y confidenciales. Los datos obtenidos serán utilizados exclusivamente para los fines académicos, si inicia puede dejar de hacerlo en cualquier momento del estudio, sin que tengan que dar explicación alguna. Su participación no conlleva ningún riesgo. Agradecemos de antemano su participación. Por lo expuesto su respuesta ante la siguiente pregunta es: _____

ACEPTA PARTICIPAR DE LA INVESTIGACIÓN *

Sí

No

Anexo n°8. Validación de instrumentos

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

CARTA DE PRESENTACIÓN

Señor(a):

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE CONTENIDO DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Somos Nikol Celeni García Gil y Wendy Milagros Quiñones Pedrozo nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos, asimismo, hacer de su conocimiento que somos tesis de la carrera de psicología de la Universidad Privada del Norte. Venimos realizando la tesis titulada: "HABILIDADES SOCIALES Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA, 2022" para optar el título/ grado de Licenciada en Psicología.

Frente a ello, se le invita a participar como juez experto en la revisión de los ítems de la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y El Inventario SISCO de Estrés Académico, siendo imprescindible contar con la aprobación profesionales especializados para poder aplicar el instrumento en mención, y por ello consideramos conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas psicológicos y/o de metodología científica.

El expediente de validación que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de la variable y dimensiones
- Matriz de operacionalización de la variable
- Ficha técnica del instrumento
- Formato de validez de contenido del instrumento

Expresamos nuestros sentimientos de respeto y consideración, nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



Wendy Quiñones

D.N.I.: 72481750



Nikol García

D.N.I.: 76277893

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [x] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Sofia Marroquín Dávila

DNI: 70022374

Especialidad del validador: Psicóloga

Lima, 26 de julio del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Validador

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [X] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr.:

Juan José Kaneko Aguilar

DNI: 10624918

Especialidad del validador: Psic. Organizacional

Lima, 14 de julio del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Validador

Observaciones (precisar si hay suficiencia): NINGUNA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [x] No aplicable [x]

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

MATOS ORMEÑO RICHARD

DNI:10351705

Especialidad del validador: DOCENTE

Lima, 01 de Agosto del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Validador

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [x] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO

DNI: 43617299

Especialidad del validador: INVESTIGACION - PSICOMETRIA

Lima, 20 de julio del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Validador

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [X] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Mg. Vidal Paul Zevallos Espinoza

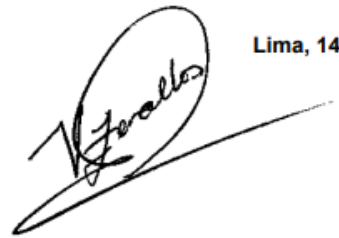
DNI: 25723677

Especialidad del validador: Psicólogo clínico, psicoterapeuta Gestalt.

Lima, 14 de julio del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Validador

Anexo n°9. Base de datos

The screenshot shows an Excel spreadsheet with the following data:

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	Edad	Sexo	Ciclo Universitario	[1- A veces evito hace	[2-Me cuesta telefonar	[3-Si al llegar a mi casa	[4-Cuando en una tienda	[5-Si un vendedor insiste	[6-A veces me resulta
176	3	1	10	1	1	2	1	1	1
177	3	2	8	1	2	1	2	1	1
178	1	2	3	2	1	4	3	1	1
179	1	1	4	2	2	1	3	1	1
180	1	2	4	2	1	4	1	2	1
181	1	1	4	1	3	1	4	1	1
182	1	2	3	3	3	2	1	2	1
183	1	2	4	4	3	4	3	1	1
184	1	1	4	2	3	4	2	1	1
185	3	2	2	3	2	4	1	4	1
186	1	2	8	3	2	3	1	3	1
187	1	2	4	3	3	2	3	3	1
188	2	2	7	3	1	2	2	2	1
189	3	2	9	1	1	4	1	1	1
190	1	1	6	3	3	4	1	2	1
191	1	2	6	4	2	4	4	4	1
192	1	2	9	1	2	2	2	2	1
193	3	1	4	1	1	1	1	1	1
194	2	2	5	1	1	2	2	1	1
195	2	2	8	3	2	3	2	3	1
196	1	2	6	1	1	4	1	1	1
197	1	1	9	1	2	3	1	4	1