

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**  
**FILIAL - JAÉN**



**TESIS**

**ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN  
ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA TÚPAC AMARU II N°16498 DEL  
DISTRITO DE HUARANGO - SAN IGNACIO 2022**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA ENFERMERÍA**

**AUTORA:**

**ANA MARGOT RODAS TENORIO**

**ASESORA:**

**ELENA VEGA TORRES**

**JAÉN – PERÚ**

**2024**

## CONSTANCIA DE INFORME DE ORIGINALIDAD

1. Investigador:  
BACH. ENF. RODAS TENORIO ANA MARGOT  
DNI: 48504610  
Escuela Profesional/Unidad UNC:  
ESUELA ACADÉMICA PROFESIONAL DE ENFERMERIA FILIAL - JAEN
2. Asesor:  
DRA: EILENA VEGA TORRES  
Facultad/Unidad UNC:  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
3. Grado académico o título profesional al que accede:  
 Bachiller     Título profesional     Segunda especialidad  
 Maestro     Doctor
4. Tipo de Investigación:  
 Tesis     Trabajo de investigación     Trabajo de suficiencia profesional  
 Trabajo académico
5. Título de Trabajo de Investigación:  
ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II  
Nº 16498 DEL DISTRITO DE HUARANGO - SAN  
IGNACIO 2022.
6. Fecha de evaluación del antiplagio: 02 / 08 / 2023
7. Software antiplagio:  TURNITIN     URKUND (OURIGINAL) (\*)
8. Porcentaje de Informe de Similitud: 40%
9. Código Documento: UNC-2023-Ana Rodas-48504610-V1.PDF.pdf(2172534911)
10. Resultado de la Evaluación de Similitud:  
 APROBADO     PARA LEVANTAMIENTO DE OBSERVACIONES O DESAPROBADO

Fecha Emisión: 03 / 06 / 2024

  
DR. EMILIANO VERA LARA  
DELEGADO UNIDAD DE INVESTIGACIÓN - FILIAL JAEN  
DNI 27740444

**COPYRGHT @ 2024 BY**  
**ANA MARGOT RODAS TENORIO**  
Todos los derechos del autor

Rodas A. 2023. **Ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango San Ignacio 2022** / Ana Margot Rodas Tenorio. 71 páginas

Asesora: Elena Vega Torres.

Disertación académica para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería – UNC 2024.

ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN  
ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
TÚPAC AMARU II N° 16498 DEL DISTRITO DE  
HUARANGO - SAN IGNACIO 2022

AUTORA: Ana Margot Rodas Tenorio

ASESORA: Elena Vega Torres

Tesis evaluada y aprobada para la obtención del título profesional Licenciada en  
Enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca por los siguientes miembros:

JURADO EVALUADOR



.....  
M.Cs. Insolina Raquel Diaz Rivadeneira

Presidente



.....  
Lic. Enf. Marleny Emperatriz Miranda Castro  
Secretaria



.....  
M.Cs. Wilmer Vicente Abad  
Vocal

JAÉN – PERÚ  
2024

**Se dedica este trabajo a:**

Mis padres Jorge Rodas Olivera y Matilde Tenorio Villoslada a quienes les debo la vida y profesión, gracias a ellos, logre culminar mis estudios superiores con éxito.

A mis hermanos por sus palabras de aliento, las cuales me ayudaron a superar los desafíos que presenta la vida.

**Se agradece a:**

A Dios por darme sabiduría, fuerzas en el trayecto de mi vida.

A la Universidad Nacional de Cajamarca- Filial Jaén por haberme aceptado ser parte de ella y terminar mis estudios superiores.

A los docentes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca- Filial Jaén por la formación con principios éticos y morales.

A la asesora Dra. Elena Vega Torres, por guiarme durante todo el proceso de investigación, quien con sus conocimientos y enseñanza permitió el desarrollo y culminación de la tesis.

A los estudiantes adolescentes, que participaron en el estudio, sin su apoyo no hubiera sido posible la ejecución de mi trabajo de investigación.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pagina
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	vi
LISTA DE TABLAS .....	viii
GLOSARIO .....	x
RESUMEN .....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I .....	2
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	2
1.1. Planteamiento del problema.....	2
1.2. Formulación del problema .....	3
1.3. Objetivos .....	3
1.4. Justificación de la investigación.....	4
CAPÍTULO II.....	5
MARCO TEÓRICO.....	5
2.1. Antecedentes del estudio.....	5
2.2. Teorías sobre el tema .....	7
2.3. Bases conceptuales.....	8
2.4. Hipótesis de la investigación.....	14
2.5. Operacionalización de las variables .....	15
CAPÍTULO III.....	18
MARCO METODOLÓGICO.....	18
3.1. Diseño y tipo de estudio .....	18
3.2. Población de estudio .....	19
3.3. Criterios de inclusión y exclusión.....	19
3.4. Unidad de análisis .....	19
3.5. Muestra.....	19
3.6. Selección de la muestra.....	20
3.7. Marco muestral .....	21
3.8. Técnica e instrumentos de recolección de datos .....	21
3.9. Validez y confiabilidad del instrumento .....	22

3.10. Proceso de recolección de datos.....	22
3.11. Procesamiento y análisis de datos.....	23
3.12. Criterios éticos de la investigación.....	23
CAPITULO IV.....	24
RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	24
4.1. Resultados .....	24
4.2. Discusión.....	27
CONCLUSIONES .....	31
RECOMENDACIONES.....	32
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	33
ANEXOS .....	38

**LISTA DE TABLAS**

		Pág
Tabla 1	Nivel de ansiedad en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N°16498 del Distrito de Huarango, 2022	24
Tabla 2	Nivel de habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N°16498 del Distrito de Huarango, 2022	24
Tabla 3	Relación entre el nivel de ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 Distrito de Huarango, 2022	25
Tabla 4	Prueba de hipótesis: Nivel de ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 Distrito de Huarango, 2022	26
Tabla 5	Características sociodemográficas en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 Distrito de Huarango, 2022	51
Tabla 6	Nivel de ansiedad por dimensiones en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N°16498 del Distrito de Huarango, 2022	52
Tabla 7	Nivel de habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango, 2022	53

**LISTA DE ANEXOS**

Anexo 1	Cuestionario de ansiedad	39
Anexo 2	Cuestionario para habilidades sociales	41
Anexo 3	Validación del instrumento	44
Anexo 4	Solicitud de autorización	47
Anexo 5	Documento de aceptación para la recolección de los datos	48
Anexo 6	Consentimiento informado	49
Anexo 7	Asentimiento Informado	50
Anexo 8	Datos complementarios	51
Anexo 9	Repositorio institucional digital	54

## GLOSARIO

Adolescencia:

Periodo de crecimiento y desarrollo que se establece entre los 10 y 19 años después de la niñez y antes de la edad adulta<sup>1</sup>.

Estudiantes de secundaria:

Personas que se encuentra realizando estudios de nivel secundario en una Institución Educativa<sup>2</sup>.

Habilidad:

Capacidad de una persona para realizar una tarea o actividad específica. Puede ser habilidad física, mental o emocional que se aprende a través de la práctica y el entrenamiento<sup>3</sup>.

## RESUMEN

Ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Tupac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango San Ignacio 2022

Ana Margot Rodas Tenorio<sup>1</sup>, Elena Vega Torres<sup>2</sup>

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Tupac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango provincia de San Ignacio. Metodología: Estudio no experimental, tipo descriptivo correlacional de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 139 estudiantes. Para medir la variable nivel de ansiedad, se utilizó el instrumento escala de autoevaluación, con un alfa de Cronbach de 0.801, y para la variable habilidades sociales obtuvo una confiabilidad de 0.937. Resultados: Los estudiantes presentaron ansiedad en un nivel normal (80,4%) y mínimo (19,6%), Las habilidades sociales fue nivel medio (79,2%), alto (19,6%) y bajo (1,2%). Conclusión: Según la prueba de Gama no existe relación directa y estadísticamente significativa entre el nivel de ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N°16498 del distrito de Huarango, se acepta la hipótesis nula ( $p > 0,05$ ).

Palabras clave: ansiedad, habilidades sociales, estudiantes adolescentes

---

<sup>1</sup>Aspirante a Licenciada en Enfermería. Bach. Enf. Ana Margot Rodas Tenorio, UNC - Filial Jaén.

<sup>2</sup>Elena Vega Torres. Dra. en Salud Pública. Docente Principal de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNC – Filial Jaén.

## ABSTRACT

Anxiety and social skills in adolescents of the Túpac Amaru II Educational Institution N° 16498 of the district of Huarango San Ignacio 2022

Ana Margot Rodas Tenorio<sup>1</sup>, Elena Vega Torres<sup>2</sup>

The objective of the research was to determine the relationship between anxiety and social skills in adolescents from the Tupac Amaru II Educational Institution N° 16498 in the district of Huarango San Ignacio. Methodology: Non-experimental study, descriptive, correlational, cross-sectional type. The sample consisted of 139 students. To measure the anxiety level variable, the self-assessment scale instrument was used, obtaining a Cronbach's alpha of 0.801, and for the social skills variable a questionnaire, obtaining a reliability of 0.937. Results: The students present a normal level of anxiety (80.4%), a minimum level (19.6%). And they presented social skills at a medium (79.2%), high (19.6%) and low (1.2%) level. Conclusion: According to the Gama test, there is no direct and statistically significant relationship between the level of anxiety and social skills in the students of the Tupac Amaru II Educational Institution No. 16498 in the district of Huarango, the null hypothesis is accepted ( $p > 0, 05$ ).

Keywords: anxiety, social skills, adolescent students

---

1 Applicant for Bachelor of Nursing. Bach. nurse Ana Margot Rodas Tenorio, UNC -Jaén Branch.

2 Elena Vega Torres. Dr. in Public Health. Principal Professor of the Faculty of Health Sciences of the UNC - Branch Jaén.

## INTRODUCCIÓN

La etapa de educación secundaria constituye el tercer nivel de la Educación Básica Regular (EBR), ofrece a los estudiantes adolescentes una formación científica, humanista y técnica y está orientado al desarrollo de competencias que permita al educando acceder a conocimientos humanísticos, científicos y tecnológicos, sin embargo, existe escaso desarrollo de las habilidades sociales, lo que incrementaría el nivel de ansiedad en los estudiantes de nivel secundaria<sup>4</sup>.

Diversos autores señalan que los estudiantes de nivel secundaria presentan miedo, taquicardia, hidrosis palmar, debido a una serie de exigencias académicas, como presentar tareas en un tiempo limitado, demasiado tiempo para las clases teóricas, lo que disminuye el tiempo para dedicarse a realizar las tareas y estudiar para las evaluaciones<sup>5</sup>. Además, Parra<sup>6</sup> indicó que los estudiantes tuvieron nivel elevado de ansiedad (45%) y nivel medio en habilidades sociales (73%), llegando a concluir que la ansiedad tiene relación significativa con las habilidades sociales.

Esta situación también, se observa en el contexto local, de ahí que surgió la necesidad de investigar con el objetivo de determinar la relación entre el nivel de ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango. El estudio se enmarca en el tipo de investigación descriptiva, correlacional, de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 168 estudiantes de secundaria, a quienes se les aplicó la Escala de autoevaluación de la ansiedad y el cuestionario de habilidades sociales, obteniendo una confiabilidad de 0.801<sup>7</sup> y 0.937<sup>8</sup>.

La investigación está organizada en cuatro capítulos: Capítulo I: El problema de investigación, Capítulo II: Marco teórico, Capítulo III: Diseño metodológico, Capítulo IV: Resultados y discusión, luego las conclusiones y recomendaciones.

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Planteamiento del problema

En la adolescencia se presentan cambios físicos, biológicos y también sociales que pueden convertirse en la principal causa de la ansiedad. Las habilidades sociales son fundamentales para el ajuste social, y el aprendizaje en general<sup>9,10</sup>. Es importante desarrollar habilidades sociales en esta etapa para prevenir la ansiedad y las complicaciones en la edad adulta.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>11</sup>, uno de cada siete adolescentes de 10 a 19 años tiene algún trastorno mental. La ansiedad es el trastorno mental más común en esta etapa y está relacionada con cambios de comportamiento que provocan desadaptaciones sociales, dificultades para resolver problemas, deterioro de las relaciones amicales, familiares y un bajo rendimiento académico.

En Ecuador Proaño<sup>5</sup> encontró una correlación negativa moderada (-0.58) entre las variables ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes de secundaria, lo que implica que a menor desarrollo de habilidades sociales aumenta la ansiedad y viceversa. Problema que las autoridades educativas deben abordar para evitar que afecte el desarrollo personal, familiar y social de los adolescentes.

En el Perú, el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM)<sup>12</sup>, reportó que los adolescentes de 12 a 17 años tienen mayor frecuencia de trastornos de ansiedad, depresión (10%), seguido de la fobia social (2,9%). Estos problemas pueden deteriorar la calidad y las funciones sociales de una persona, y pueden convertirse crónicos y persistir durante toda la vida<sup>13</sup>. Además, Pérez<sup>14</sup> halló que el 44,4% de este grupo etario tienen un nivel bajo de habilidades sociales.

Según Gonzales<sup>7</sup> existen una relación significativa negativa muy débil entre la dimensión habilidades sociales y ansiedad ( $r=-0,222$  y  $p<0.05$ ) en estudiantes del nivel secundaria.

En el Centro de Salud de Huarango provincia de San Ignacio, se reportó 54 casos en el año 2022 de adolescentes con problemas de ansiedad<sup>15</sup>. Al dialogar con algunos docentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498, señalaron que en este ciclo de vida generalmente los adolescentes presentan dificultades interpersonales que puede estar vinculadas a la ansiedad, afectando el normal desarrollo de ellos y ellas.

Frente a la situación planteada surgió la necesidad de formular el siguiente problema de investigación.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Qué relación existe entre el nivel de ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango – San Ignacio 2022?

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1 Objetivo general**

Determinar la relación entre el nivel de ansiedad y las habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango- San Ignacio

### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de ansiedad en los adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango
- Identificar las habilidades sociales en los adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango

#### **1.4 Justificación de la investigación**

En la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango, los adolescentes presentan dificultades para comunicarse, para establecer relaciones con su entorno, haciéndoles más susceptibles a manifestar cambios de comportamiento, irritables, escasa concentración, lo que repercute en su estado emocional.

Los resultados de la investigación, beneficiarán a las autoridades del sector de educación y de salud, porque les servirá de base para establecer lineamientos que les permita diseñar planes para promover el desarrollo de habilidades sociales y reducir mantener los niveles de ansiedad en los estudiantes de nivel secundaria. Además, los hallazgos brindaran una base científica para la ejecución de otros estudios.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes del estudio

A continuación, se presenta los antecedentes relacionados al tema de investigación

##### **A nivel internacional**

Parra<sup>6</sup> en Ecuador llevó a cabo una investigación para determinar la relación de la ansiedad y su incidencia en el desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de décimo año de Educación básica “A” y “B” de la Unidad Educativa Once de Noviembre, Riobamba, durante el periodo académico 2017- 2018. Investigación de nivel exploratorio, estudio bibliográfico y de campo. La muestra fue intencional de 60 estudiantes, se le aplicó la escala de ansiedad de GADI y la escala de habilidades Sociales de Goldstein. Resultados: La mayoría de los estudiantes tienen nivel elevado de ansiedad (45%) y nivel medio de habilidades sociales (73%), concluyeron que la ansiedad está significativamente relacionada con las habilidades sociales en situaciones como el miedo, la taquicardia o la hidrosis palmar

Proaño<sup>5</sup> en el año 2020 realizó una investigación sobre Habilidades sociales y la ansiedad en estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales en Ecuador. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes del octavo ciclo (72), noveno (53) y decimo (75). Resultados: El 33% de los estudiantes del estudio no presentan ansiedad, el 23,5% ansiedad moderada, el 22,5 % estados de ansiedad y el 21,2 % ansiedad leve. Y tienen habilidades sociales malas (30%), buenas (47%), muy buenas (18%) y excelentes (5 por ciento). Concluyó que existe una relación medianamente significativa entre las habilidades sociales y la ansiedad en los estudiantes de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo.

## **A nivel nacional**

Zapata<sup>16</sup> investigó la relación entre las habilidades sociales y la ansiedad en los estudiantes de segundo año de secundaria de un colegio de Cruceta, Tambo grande, Piura 2020. Una muestra no probabilística de 36 alumnos fue objeto de una investigación cuantitativa correlacional, tipo transversal con diseño no experimental, en Los hallazgos fueron que los estudiantes tuvieron niveles altos en habilidades sociales, quienes atenuarían los niveles de ansiedad. Concluye que las habilidades sociales son un componente que predice los estados cognitivos ansiosos de los estudiantes.

En el año 2019, Jaimes et al.<sup>17</sup> investigaron Las habilidades sociales en adolescentes de un centro preuniversitario de Lima Norte. Estudio de tipo descriptivo transversal. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento la Escala de Habilidades Sociales (EHS). La muestra estuvo constituida por 480 adolescentes de ambos sexos con una edad media de 16,8 años. Resultados: Las habilidades sociales, obtuvo una valoración media en la evaluación global 79,6%, también en cada una de sus dimensiones prevaleció el nivel medio. Conclusión: Las habilidades sociales de los estudiantes adolescentes preuniversitarios son de nivel medio; solo el 12 % logró un nivel alto.

En Huancayo Lapa<sup>18</sup> realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre ansiedad y habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública del distrito de San Martín de Pangoa en el año 2019. Investigación de tipo básica, de nivel descriptivo, de diseño correlacional, con tipo de muestreo no probabilístico intencional. La muestra fue de 121 estudiantes de 12 a 17 años. Los resultados: Las habilidades sociales en los estudiantes fue alta (81,1%), media (10,7%) y baja (7,4%). Y el 52,1% de los estudiantes presentaron ansiedad normal y el 47,9% no manifestaron ansiedad. Concluyó que existe una relación inversa baja significativa entre la ansiedad y las habilidades sociales  $p = -0,315$ .

## **A nivel regional**

Rodríguez<sup>19</sup> desarrolló una investigación cuyo objetivo fue Identificar la relación entre los factores individuales y familiares con las habilidades sociales en los adolescentes atendidos en el P.S. CLAS Otuzco - Cajamarca durante el año 2018. Estudio de tipo descriptivo, correlacional transversal. La muestra estuvo constituida por 79 adolescentes. Resultados: los adolescentes presentaron habilidades sociales altas en el área de comunicación (37%) y asertividad (36%). En los factores personales se encontró habilidades sociales altas en el grupo etario de 15 a 17 años (38%), de sexo femenino (62%), y de religión no católica (34,4%). En los factores familiares presentaron habilidades sociales altas, los padres con nivel educativo de secundaria (41,3%), y pertenecían a una familia nuclear (89,6%). Conclusión: Existe una relación significativa entre las habilidades sociales y el tipo de familia ( $p=0,043$ ).

## **Nivel local**

No se encontraron investigaciones en relación al objeto de estudio.

## **2.2. Teorías sobre el tema**

### **2.2.1. Modelo teórico de la ansiedad**

Para la variable ansiedad se sustenta en el modelo teórico de Hull, citado por Estrada<sup>20</sup> quien considera a la ansiedad como un impulso motivacional responsable de la capacidad de una persona para responder ante un estímulo determinado, comprende tres enfoques:

Enfoque conductual, es una teoría de aprendizaje, que se basa en la respuesta ante un estímulo y se basa en el comportamiento observable. La ansiedad se define como un impulso que altera la conducta del organismo. El escenario en el que se aprende la conducta de ansiedad es a través del aprendizaje por observación y el modelado.

Enfoque cognitivo, se concentra en actividades mentales del estudiante que conducen a una respuesta y reconocen los procesos de planificación mental, formulación de metas y organización de estrategias, así como las actividades mentales que conducen a una respuesta. Los pensamientos, ideas, creencias e imágenes acompañan la ansiedad giran en torno al peligro de una situación determinada. La persona con ansiedad percibe la realidad como amenazante, pero en ocasiones no puede constituir una

amenaza real. Esta percepción se acompaña de sentimientos subjetivos de inseguridad, nerviosismo, angustia, irritabilidad, hipervigilancia, inquietud, preocupación, miedo, agobio, sobreestimación del grado de peligro, pánico, atención selectiva a lo amenazante, interpretación catastrofista de los sucesos, infravaloración de la capacidad de afrontamiento.

Enfoque psicoanalítico, se basa en la idea de que las experiencias del pasado que están alojadas en su mente inconsciente determinan su comportamiento. Considera la ansiedad como una condición emocional desagradable que incluye aprensión, sentimientos desagradables, pensamientos desagradables y cambios fisiológicos. Identifica componentes fisiológicos y fenomenológicos subjetivos, siendo el componente subjetivo el que implica el malestar asociado con la ansiedad.

### **2.2.2. Teoría del aprendizaje social de Bandura<sup>21</sup>**

La variable habilidades sociales se basó en la teoría del aprendizaje social, según Bandura se centra en la interacción entre el ambiente y la persona, que se da a través del aprendizaje a lo largo de vida, por lo que capacita a la persona para actuar o desenvolverse de manera socialmente competente. El autor también menciona la importancia de la imitación, pues el observar de manera directa o indirecta puede enseñar diversas conductas, en algunos casos el observador puede aprender tanto, como la persona que realiza las acciones viceversa, pero esto también depende del contexto donde se desarrolla la persona. La persona imita patrones de comportamiento según el ambiente (agresivo, tranquilo) donde se desenvuelve. Sánchez<sup>22</sup> indica que este modelo permite entender el comportamiento de las personas como resultado de los estímulos ambientales. Estos estímulos pueden ser intrínsecos (que surgen de nosotros mismos y conducen a la satisfacción personal) y extrínsecos (que surgen de otras personas, como recompensas). En muchos casos, las personas no solo imitan las formas de comportamiento, sino que también examinan y analizan los eventos para obtener normas o patrones para actuar en un ambiente favorable.

## **2.3. Bases conceptuales**

### **2.3.1. Nivel de ansiedad**

La palabra ansiedad proviene del latín “anxietas”, que significa una enfermedad mental,

que se identifica por la aparición de sensaciones de preocupación, miedo excesivos e intensos de manera muy continua ante eventos cotidianos, lo que provoca tensión muscular, hidrosis palmar (reacción fisiológica), estado de alerta (reacción cognitiva y emocional)<sup>23</sup>

Spielberger<sup>24</sup> define la ansiedad como una reacción emocional, evocada cuando un individuo percibe una situación de peligro o amenazante.

Según la American Psychiatric Association<sup>25</sup>, el nivel de ansiedad mide el grado de una reacción anticipada ante una situación futura. Está vinculado a reacciones fisiológicas como tensión muscular y comportamiento evitativo en el futuro.

Para Zung<sup>26</sup> indicado por Gonzales<sup>4</sup> identifica cuatro tipos de ansiedad:

Ansiedad normal, es una experiencia humana. También es una respuesta que podría ser útil para anticipar situaciones peligrosas. La respuesta del sistema nervioso autónomo es lo que causa los síntomas físicos de la ansiedad. Es distinto, pero tiene que ver con el miedo, que es una reacción natural al peligro.

La ansiedad es una emoción normal que todos experimentan de vez en cuando. Sin embargo, cuando se vuelve excesiva, se convierte en un problema de salud, obstaculiza el bienestar y dificulta significativamente las actividades académicas, sociales, laborales o intelectuales.

### **Ansiedad mínima (leve)**

Son personas que muestran estado de alerta al momento de percibir y atender. Estas personas pueden mantenerse calmadas y mostrar una gran determinación cuando enfrentan situaciones incómodas, inseguras e inciertas, cuando experimentan una respuesta física del cuerpo como: deterioro físico, sueño y un poco de malestar.

### **Ansiedad marcada (moderada)**

Las personas experimentan sentimientos de agitación y nerviosismo, y tienen dificultad para analizar de manera objetiva lo que les rodea. Por lo tanto, experimentan una respuesta física del cuerpo, como una aceleración del corazón, cambios en el sistema respiratorio e incluso temblores.

### **Ansiedad máxima (grave)**

Las personas se caracterizan por presentar preocupación constante y sentir que algo puede salir mal, lo que dificulta su concentración y su percepción de todo lo que les rodea. El miedo se intensifica y puede manifestarse como hidrósia palmar, taquicardia, dolor de cabeza, náuseas o vómitos.

### **Dimensiones de ansiedad**

Para Zung<sup>26</sup> la ansiedad, tiene dos dimensiones: subjetiva y somática

#### **Dimensión 1: Subjetiva**

Se refiere al modo de procesar la información y tiene un impacto en la percepción, la memoria, el pensamiento y el uso de los instrumentos de la inteligencia. Sus indicadores incluyen intranquilidad, miedo, aprensión, estado de alarma ante lo que percibe como una amenaza y pensamientos negativos.

#### **Dimensión 2: Somática**

Son manifestaciones provocadas por la activación del sistema nervioso autónomo. Se puede manifestar por temblores en las extremidades, malestar corporal, cansancio o agotamiento, intranquilidad, latidos acelerados, vértigos, desvanecimientos, problemas para respirar, hormigueo y vómitos, frecuencia urinaria, sudoración, acaloramiento y problemas para dormir.

### **2.3.2. Habilidades sociales**

Para Goldstein et al.<sup>8</sup> son un conjunto de capacidades y destrezas que mejoran las relaciones interpersonales y ayudan en la resolución de problemas, ya sea socioemocionales o interpersonales.

Roca<sup>27</sup> define las habilidades sociales como una serie de conductas observables o subjetivas que toman en cuenta pensamientos y emociones que ayudan a mantener buenas relaciones interpersonales, mediante el respeto mutuo para lograr los objetivos propuestos.

Según Ontoria<sup>28</sup> las habilidades sociales se desarrollan en los seres humanos para cubrir las necesidades básicas que nos permiten sobrevivir. Además, como seres sociales, es necesario el contacto interpersonal con otros para adquirir normas y valores que permitan adaptarse a la sociedad, lo que aumenta las posibilidades de tener éxito en lo personal y laboral.

Por consiguiente, las habilidades sociales son el conjunto de conductas aprendidas que se manifiestan en un contexto interpersonal, donde se observa la capacidad de las personas para relacionarse con otras personas, expresar sus opiniones, actitudes y sentimientos de manera correcta y socialmente aceptada por nuestro entorno.

### **Características de las habilidades sociales**

Michelson et al. citado por Gálvez<sup>29</sup> mencionan algunas características de habilidades sociales:

- Conjunto de estrategias y capacidades aprendidas que se hacen evidentes en situaciones de relaciones interpersonales
- Incluyen comportamientos verbales y no verbales.
- Adquirir reforzamiento social tanto externo como interno o personales que impliquen interacción recíproca.
- Se organizan en niveles de complejidad, lo que significa que “no” puede estar influenciado por ideas, creencias y valores de acuerdo con la situación de la otra persona.
- La comunicación varía ampliamente entre distintas culturas y dentro de un mismo lugar dependiendo de diversos factores: Tiempo, forma de vestirse, de expresarse, manera de hablar.

- Monjas citado por Torres<sup>30</sup> indica que las habilidades sociales son comportamientos adquiridas a través del aprendizaje.
- Están formadas por componentes motores, emocionales, afectivos y cognitivos.
- Son respuestas específicas a situaciones específicas, que depende del contexto de interacción para que se realice de manera correcta
- Se utilizan en situaciones interpersonales.

### **Dimensiones de las habilidades sociales**

Golstein<sup>8</sup> propone las siguientes dimensiones de habilidades sociales:

#### **1. Habilidades sociales básicas**

Son necesarias para la interacción social. Estas habilidades permiten el inicio, el mantenimiento y el desarrollo de los procesos de comunicación en los grupos sociales. Por lo tanto, son las habilidades necesarias para iniciar y mantener una conversación de modo adecuado. Comprende los siguientes indicadores: prestar atención a otra persona, iniciar y mantener una conversación, formular preguntas, agradecer, presentarse y presentar a otras personas y hacer un halago<sup>8</sup>.

#### **2. Habilidades sociales avanzadas**

Permite a una persona actuar de manera eficaz en un grupo a través de actividades como hacer peticiones y dar indicaciones, ejerciendo de este modo un tipo de influencia o convencimiento en el grupo<sup>8</sup>. Para Cáceres<sup>31</sup> esta dimensión se enfoca en ejercer presión sobre los grupos sociales, a través de peticiones, instrucciones imperativas, toma de decisiones, entre otras. Estas habilidades son fundamentales para ser competentes socialmente. Según Goldstein<sup>8</sup> las habilidades avanzadas tienen los siguientes indicadores: Solicitar apoyo, intervenir, dar indicaciones, seguir indicaciones, pedir disculpas y persuadir a otras personas.

#### **3. Habilidades relacionadas con los sentimientos**

Esta dimensión se refiere al modo en que se manifiesta y entienden los sentimientos propios y de los demás al interactuar, evitando situaciones

complicadas<sup>5</sup>. Para Cáceres<sup>31</sup> esta dimensión está caracterizada por la capacidad que desarrollan los individuos para reconocer y comprender correctamente las emociones y sentimientos propios y de los demás, manifestándose mediante el autocontrol y la empatía. Estas habilidades ayudan a desarrollar la empatía como una forma de aceptar a los demás, evitar el enojo y comprender sus propios sentimientos la empatía como un mecanismo de aceptación a los demás, evitando el enojo y reconociendo sus propios sentimientos<sup>5</sup>.

Según Goldstein et al.<sup>8</sup> estas habilidades incluyen lo siguiente indicadores: conocimiento de los sentimientos propios, expresión de los sentimientos propios, comprensión de los sentimientos de los demás, lidiar con el enojo de otro, expresión de afecto, resolución de miedos y autorrecompensa.

#### **4. Habilidades alternativas a la agresión**

Estas habilidades nos permiten afrontar comentarios u opiniones, como auto afirmaciones positivas, expresar y recibir emociones, defender los propios derechos y opiniones. Goldstein et al.<sup>8</sup> señalan que estas habilidades ayudan a desarrollar el autocontrol y la empatía. Incluye los siguientes indicadores: pedir permiso, ayudar a los demás, negociar, usar el autocontrol, proteger nuestros derechos y responder a las bromas<sup>8,32</sup>.

#### **5. Habilidades para el manejo del estrés**

Esta habilidad aparece cuando la persona está ansiosa, lo que hace que la persona busque las formas más efectivas de manejar la situación. Esta habilidad permite exponer y actuar ante una queja, hacer frente a situaciones vergonzosas y sobrellevar el fracaso de manera positiva<sup>8</sup>. De acuerdo con Peñafiel<sup>33</sup>, las habilidades para manejar el estrés incluyen formular y responder quejas, demostrar deportividad después de un juego, responde a la persuasión, ante el fracaso y enfrentarse a mensajes contradictorios. Esta dimensión incluye los siguientes indicadores: formular una queja, resolver la vergüenza, arreglarse cuando te dejan de lado, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios y hacer frente a la presión de grupo.

## **6. Habilidades de planificación**

Según Goldstein et al.<sup>8</sup>, estas características se enfocan en lograr objetivos o propósitos mediante la toma de decisiones adecuadas en situaciones problemáticas. Estas habilidades incluyen el uso de estrategias, utilizando los recursos de la manera más adecuada y anticipándose a lo que pueda suceder. Según Cáceres<sup>31</sup>, la planificación es una habilidad social que se refiere a la capacidad de las personas para anticipar obstáculos y desafíos, creando estrategias y recursos para responder y superar situaciones exigentes. De acuerdo con Goldstein et al.<sup>8</sup>, estas habilidades incluyen la toma de decisiones, la identificación de la causa de un problema, el establecimiento de objetivos, la determinación de las propias habilidades, la recopilación de información y la concentración en una tarea.

### **2.4. Hipótesis de la investigación**

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre nivel de ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Tupac Amaru II N° 16498 Huarango – San Ignacio.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre nivel de ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Tupac Amaru II N° 16498 Huarango.

**V1:** Nivel ansiedad:

- Ansiedad subjetiva
- Ansiedad somática

**V2:** Habilidades sociales

- Habilidades Básicas
- Habilidades avanzadas
- Habilidades relacionadas con los sentimientos
- Habilidades alternativas a la agresión
- Habilidades para el manejo del estrés
- Habilidades de planificación

## 2.5.Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Ítems	Valor final /dimensiones	Valor global	Tipo de variable	Escala de medición
Nivel de ansiedad	Es el grado de reacción emocional cuando una persona percibe una situación de peligro o amenazante , aun no hay riesgo presente <sup>23</sup> .	El nivel de ansiedad comprende dos dimensiones: subjetivo y somática	Ansiedad subjetiva	Intranquilo	1,2,3,4,5,6	Ansiedad: Normal:6-10 Mínima:11-15 Marcada:15-19 Máxima:19-24	Ansiedad Normal: 20-35  Mínima: 36-51 Marcada: 52-67 Máxima: 67-80	Cualitativa	Ordinal
				Atemorizado					
				Estado de alteración					
				Preocupación					
				Aprensión					
				Pesadillas					
			Ansiedad somática	Dolor corporal	7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20	Ansiedad: Normal:14-24 Mínima:25-35 Marcada:36-46 Máxima:47-56			
				Fatiga y débil					
				Intranquilidad					
				Palpitaciones					
				Mareos					
				Desmayo					
				Disnea					
				Parestesia					
				Náuseas y vómitos					
				Frecuencia urinaria					
				Sudoración					
Bochorno									
Insomnios									
Temblores									

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Ítems	Valor final #dimensiones	Valor global	Tipo de variable	Escala de medición
Habilidades Sociales	Es la capacidad que tienen los estudiantes de secundaria para relacionarse con otras personas <sup>25</sup> .	Las habilidades sociales comprenden: habilidades básicas, avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión, manejo del estrés y de planificación	Habilidades básicas	Prestar atención a la otra persona	1,2,3,4,5,6	Habilidades básicas Bajo: 6- 14 Medio: 15-23 Alto: 24-30	Habilidades sociales: Bajo:36-84 Medio:85-133 Alto:134-180	Cualitativo	Ordinal
				Iniciar y sostener una conversación					
				Formular preguntas					
				Agradecer					
				Presentarse y presentar a otras personas					
				Hacer un halago					
			Habilidades avanzadas	Solicitar apoyo	7,8,9,10,11,12				
				Intervenir					
				Dar instrucciones					
				Seguir instituciones correctamente					
				Disculpas					
				Persuadir a otra persona					
			Habilidades relacionadas con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos	13,14,15,16,17,18				
				Expresar sentimientos					
				Conocer los sentimientos de los demás					
				Expresar afecto					
				Resolver el miedo					
				Autorrecompensarse					

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Ítems	Valor final /dimensión	Valor global	Tipo de variable	Escala de medición
			Habilidades alternativas a la agresión	Pedir permiso	19, 20, 21, 22, 23, 24	Habilidades básicas Bajo: 6- 14 Medio: 15-23 Alto: 23-30	Habilidades sociales: Bajo:36-84 Medio:85-133 Alto:133-180	Cualitativo	Ordinal
			Ayudar a los demás						
			Negociar						
			Utilizar el autocontrol						
			Defender los propios derechos						
			Habilidades para el manejo del estrés	Responder a las bromas	25,26,27,28,29,30				
			Formular una queja						
			Resolver la vergüenza						
			Arreglárselas cuando tedejan de lado						
			Responder al fracaso						
			Enfrentarse a losmensajes contradictorios						
			Hacer frente a la presión de grupo		31, 32, 33, 34, 35, 36				
			Habilidades de planificación	Tomar una decisión					
			Discernir sobre la causa de un problema						
			Establecer un objetivo						
			Determinar las propias habilidades						
			Recoger información						
			Concentrarse en una tarea						

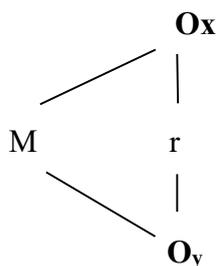
## CAPÍTULO III

### MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1. Diseño y tipo de estudio

La investigación se enmarcó en el diseño no experimental de tipo descriptiva, correlacional de corte transversal. No experimental porque en el estudio no se realizó la manipulación deliberada de la variable. Descriptiva porque narró con rigurosidad científica las características fundamentales del objeto de estudio. Correlacional porque relacionó las variables ansiedad y habilidades sociales. Transversal porque se recolectó la información de los hechos en un momento determinado y en tiempo único<sup>34,35</sup>.

El diagrama para el estudio es el siguiente:



Donde:

M = Muestra de estudiantes adolescentes de la Institución Educativa  
Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango- San Ignacio

Ox = Nivel de ansiedad

Oy = Habilidades sociales

r = Relación

### 3.2. Población de estudio

La población estuvo conformada por 299 adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498, según año de estudio 2022

### 3.3. Criterios de inclusión y exclusión

#### Criterios de inclusión

- Estudiantes adolescentes varones y mujeres
- Estudiantes de primero a quinto año matriculados en la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango

#### Criterios de exclusión

- Estudiantes adolescentes que no asistan en el momento de la aplicación del instrumento.

### 3.4. Unidad de análisis

Cada uno de los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango- San Ignacio

### 3.5. Muestra

La muestra se determinó utilizando la fórmula para poblaciones finitas, con un nivel de confianza de 95 % y un margen de error del 5%.

$$n = \frac{Z^2 pq \cdot N}{E^2 (N-1) + Z^2 \cdot pq}$$

Donde:

n: Muestra

Z: Nivel de confianza del 95% (2)

P: Probabilidad de éxito 50%: 0.5

Q: Probabilidad de fracaso, 50%:0.5

E: Nivel de error, 05%:0.05

N: Población: 299

n= 168

La muestra estuvo conformada por 168 estudiantes de nivel secundaria.

### 3.6. Selección de la muestra

La muestra se obtuvo mediante el muestreo probabilístico estratificado por ciclo de estudios, que quedó conformado por 168 estudiantes de I, al 5to año de estudios. Se determinó la muestra por año de estudios:

$$N_h = \frac{N_h}{N} (n)$$

N<sub>h</sub>: subpoblación o grupo

N: población total

n: muestra total

n<sub>h</sub>: muestra de los grupos

### Estudiantes por año de estudios de la Institución Educativa Túpac

#### Amaru II N° 16498, del distrito de Huarango, 2022

Año	N <sub>h</sub>	N <sub>h</sub> /N (0.561)	N <sub>h</sub> . N
1	65	36.5	36
2	68	38.1	38
3	41	23,0	23
4	58	32,5	33
5	67	37.6	38
Total	299	167.7	168

### 3.7. Marco muestral

Lo constituye el listado de estudiantes matriculados durante el año académico 2022, de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango -San Ignacio.

### 3.8. Técnica e instrumentos de recolección de datos

Para medir la variable nivel de ansiedad en los adolescentes se utilizó la escala de autoevaluación de ansiedad de Zung<sup>26</sup> elaborada en Alemania en el año 1971, fue adaptado por Gonzales<sup>7</sup> en Lima en el año 2018 para la población adolescente. Esta prueba consta de 20 ítems que tienen escala de respuesta tipo Likert distribuidas en dos dimensiones: Los ítems 1,2,3,4,5,6,7 corresponden a la dimensión subjetiva y los ítems 7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17.18.19.20 a la dimensión somática.

Se califica de 4 a 1. Cada pregunta está compuesta por cinco alternativas con sus respectivos valores: Nunca, casi nunca 1; A veces 2; Con frecuencia 3; Siempre casi siempre 4, De acuerdo 5 (anexo 1)

Para evaluar el nivel de ansiedad global y por dimensiones se asignó un puntaje:

Nivel de ansiedad							
Ansiedad subjetiva				Ansiedad somática			
Normal	Mínima	Marcada	Máxima	Normal	Mínima	Marcada	Máxima
6 - 10	11- 15	15 - 19	19- 24	14 - 24	25 – 35	36 - 46	47-56

Para medir la variable habilidades sociales de los estudiantes se utilizó la técnica encuesta y como instrumento un cuestionario de habilidades sociales elaborado por Goldstein<sup>8</sup> en Nueva York en el año 1978, adaptado por Ambrosio y aplicado por Gonzales<sup>7</sup> a estudiantes adolescentes en Lima consta de 36 ítems dividido en seis dimensiones: habilidades básicas (6 ítems); habilidades avanzadas (6 ítems), habilidades relacionadas con los sentimientos (6 ítems), habilidades alternativas a la agresión (6 ítems), habilidades para manejar el estrés (6 ítems), habilidades de planificación (6 ítems). Cada pregunta tiene múltiples alternativas con valores de 0 a 4. Nunca: 0, muy pocas veces: 1; algunas veces 2; a menudo 3; siempre 4 (anexo 2).

Para evaluar las habilidades sociales global y por dimensiones según puntaje:

<b>Habilidades sociales/Dimensiones y Global</b>					
Básicas	Avanzadas	Relacionadas con los sentimientos	Alternativas a la agresión	Para manejo del estrés	Global
B= 6-14 M=15- 23 A= 23-30	B= 6-14 M=15- 23 A= 23-30	B= 6-14 M=15- 23 A= 23-30	B= 6-14 M=15- 23 A= 23-30	B= 6-14 M=15- 23 A= 23-30	B=36-84 M=85-132 A=133-180

### **3.9. Validez y confiabilidad del instrumento**

El instrumento escala de ansiedad obtuvo un coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach de 0.801<sup>7</sup> y el cuestionario habilidades sociales alcanzó un alfa de Cronbach de 0,937, lo que indica buena y muy buena confiabilidad respectivamente<sup>8</sup>.

A pesar de ser validados los instrumentos, se sometieron a tres jueces expertos, para un mejor entendimiento de las preguntas del instrumento quienes evaluaron el contenido, pertinencia, claridad, coherencia de estas, y si los indicadores corresponden a cada una de las dimensiones (anexo 3).

### **3.10. Proceso de recolección de datos**

Para la ejecución del estudio, se solicitó el permiso al Director de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 (anexo 4,5). Previo a la recolección de los datos se informó a los padres y estudiantes los objetivos y metodología de la investigación. Además, se les indicó que su información es anónima y confidencial, y que solo se utilizó con fines de la investigación. Posteriormente se obtuvo la autorización por escrito y verbal de los padres y estudiantes, a través del consentimiento de los padres o responsable del estudiante (anexo 6) y asentimiento informado por los participantes (anexo7). Se aplicó los instrumentos en las aulas de la Institución Educativa, en un tiempo promedio de 30 minutos.

### **3.11. Procesamiento y análisis de datos**

Obtenida la recolección de datos mediante la Escala de ansiedad de Zung<sup>21</sup> y el cuestionario habilidades sociales de Goldstein<sup>8</sup>, se procedió a tabular los datos en Excel, luego se realizó el procesamiento de la información utilizando el programa estadístico SPSS versión 25. Los datos se presentaron en tablas de frecuencia, gráficos, luego se contrastó la hipótesis a través del estadígrafo de Tau-b de Kendall, posteriormente se realizó el análisis de los resultados de acuerdo con los objetivos, finalmente se estableció las conclusiones y recomendaciones.

### **3.12. Criterios éticos de la investigación**

#### **Principio respeto a las personas**

Se refiere al reconocimiento y el respeto de la autonomía y la autodeterminación de los seres humanos mediante el reconocimiento de su dignidad y libertad<sup>35</sup>. Los participantes del estudio decidieron libremente si participan o no en la investigación.

#### **Principio de beneficencia**

El investigador es responsable del bienestar físico, mental y social del participante en lo que se refiere al estudio<sup>36</sup>. La investigadora cuidó el bienestar de los adolescentes.

#### **Principio de justicia**

La obligación del investigador es distribuir de manera equitativa los riesgos y beneficios a todos los participantes del estudio<sup>36</sup>. Los estudiantes fueron tratados con amabilidad, respeto sin presión alguna.

## CAPITULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1. Resultados

Del 100% de los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango un 52,4% pertenecen al sexo masculino y 47,6% al sexo femenino, con edad promedio de 15 años (Anexo 8, Tabla 5).

Tabla 1. Nivel de ansiedad por dimensiones en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N°16498 del Distrito de Huarango, 2022

Nivel de ansiedad	N	%
Ansiedad	-	-
Normal	135	80,4
Mínima	33	19,6

La tabla, muestra que el 80,4% de los estudiantes presentaron ansiedad normal y 19,6 mínima.

Tabla 2. Nivel de habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango, 2022

Habilidades sociales	n	%
Bajo	2	1,2
Medio	133	79,2
Alto	33	19,6

La tabla, indica que los estudiantes de secundaria presentaron habilidad social media en un 79,2%, alto 19,6% y bajo 1,2%.

Tabla 3. Relación entre el nivel de ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del Distrito de Huarango, 2022

Habilidades sociales	Ansiedad				Total
	Normal		Mínima		
	N	%	n	%	
Bajo	2	1,2	0	0,0	2
Medio	110	65,5	23	13,7	133
Alto	23	13,7	10	6,0	33
Total	135	80,4	33	19,6	168

Gamma: 0.376

P=0.101

La tabla 3, muestra que el 65,5% de los participantes tuvieron nivel de ansiedad normal y habilidades sociales medio, No existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de ansiedad y nivel de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango, provincia San Ignacio ( $p > 0.05$ ).

Tabla 4. Prueba de relación de las variables nivel de ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 Distrito de Huarango, 2022

		Valor	Error estándar asintótico <sup>a</sup>	T aproximada <sup>b</sup>	Significación aproximada
Ordinal por ordinal	Tau-b de Kendall	0.139	0.083	1.638	0.101
		0.090	0.055	1.638	0.101
	Gamma	0.376	0.185	1.638	0.101
N de casos válidos		168			

Gama: 0.376 p: 0.101

Como el valor de significancia es  $0,101 > 0,05$  rechazamos la hipótesis de investigación y aceptamos la hipótesis nula. Es decir, el nivel de ansiedad no está relacionado con las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498.

## 4.2. Discusión

Al analizar la variable nivel de ansiedad, la mayoría de los participantes tuvieron niveles de ansiedad normal. Estos datos coinciden con los hallazgos de Lapa<sup>18</sup> que muestra que el 51% de los estudiantes tienen ansiedad normal. Sin embargo, algunos autores discrepan con los resultados del estudio, como Parra<sup>6</sup>, que determinó que los estudiantes tenían un alto nivel de ansiedad (45%), y Proaño<sup>5</sup> afirmó que los estudiantes no padecían de ansiedad.

Según Sairitupac et al.<sup>37</sup> indicaron que es importante conocer el nivel de ansiedad en los estudiantes para que reciban tratamiento a tiempo, debido a que el aumento de estímulos puede perjudicar su salud mental. Además, durante la pubertad, experimentan ansiedad como resultado del proceso de adaptación a los cambios biológicos, cognitivos, afectivos y sociales, y la inestabilidad que conlleva la búsqueda de la propia individualidad, y la conciencia de los límites y recursos propios.

Además, en el estudio se encontró que en las dimensiones ansiedad subjetiva y ansiedad somática, los estudiantes presentaron ansiedad normal en un 69% y 78,8% respectivamente (anexo 8, tabla 5).

Según, Fernández et al.<sup>38</sup> la medición de ansiedad se basa en criterios subjetivos de ansiedad que son informados por los pacientes, y los índices objetivos de ansiedad, están basados en medidas psicofisiológicas que pueden asegurar y potenciar la eficacia de la exposición.

Los autores antes citados expresan que la ansiedad es un estado emocional que condiciona a la persona frente a las circunstancias adversas que le presenta la vida, y que requieren un cierto grado de madurez para adaptarse y enfrentarlas adecuadamente. No obstante, las herramientas que en ocasiones las personas han tenido no han sido las más adecuadas para alcanzar dicha madurez, lo que les hace ser más vulnerables a situaciones que los desestabiliza emocionalmente como: bajo rendimiento académico, la pérdida de un ser querido, desenlace amoroso, sobrecarga académica, es decir, los estudiantes con altos niveles de ansiedad presentan mayor interferencia en las actividades

de la vida diaria; sin embargo, los estudiantes con ansiedad normal se adaptan y enfrentan adecuadamente las circunstancias adversas.

La variable ansiedad es respaldada por modelos teóricos de Hull citado por Estrada<sup>20</sup> como Modelo conductual, indica que la ansiedad se fortalece a través de la información directa, y la observación de experiencias vividas en su entorno con personas trascendentes en su vida familiar y social. Según el Modelo cognitivista, sostiene que cuando un estudiante identifica un contexto específico como peligroso y adquiere una conducta de defensa cada vez que se suscite dicha situación. Y la modelo psicodinámica, tiene como objetivo demostrar el enfrentamiento inconsciente entre el sujeto y el super ego lo que provoca síntomas de ansiedad. Para controlar estos síntomas el ego se defiende automáticamente con el aislamiento afectivo y la negación. Este modelo establece la implementación de métodos psicoterapéuticos para eliminar los síntomas que producen la ansiedad.

Respecto a la variable habilidades sociales, los estudiantes de secundaria tuvieron un nivel medio. Estos datos coinciden con los hallazgos de Parra<sup>6</sup>, Jaimés et al<sup>17</sup> quienes encontraron que los estudiantes tuvieron habilidades sociales en un nivel medio de 73% y 79,6% respectivamente. Sin embargo, Lapa<sup>18</sup> mostró que los estudiantes tuvieron habilidades sociales en un nivel alto (81,1%).

Además, en el estudio se encontró que las dimensiones de habilidades sociales obtuvieron un valor medio en habilidades avanzadas (61,3%), habilidades relacionadas con el sentimiento (52,4%), habilidades alternativas a la agresión (54,2%), habilidades para el manejo del estrés (64,9%) y habilidades de planificación (61,9%) (anexo 8, tabla 7). Los resultados guardan relación con los hallazgos de Jaimés et al<sup>17</sup>, quienes expresaron que en todas las dimensiones se encontró un nivel medio.

Según Lacunza y Contini<sup>39</sup> las habilidades sociales, influyen en la percepción que el adolescente se percibe a sí mismo, a los otros y a la sociedad y lo que le permiten reaccionar positivamente ante situaciones de ansiedad o estrés.

Además, Zapata<sup>16</sup> señala que las habilidades sociales disminuyen los niveles de ansiedad, debido a que estas son respuestas hábiles que dan oportunidad de actuar frente a distintos contextos. Asimismo, éstas predicen los estados

cognitivos ansiosos de los estudiantes, por ello. es necesario que las Instituciones educativas deben desarrollar las habilidades sociales para promover la interacción desde los primeros años de vida de los estudiantes.

La variable habilidades social es respaldada por Bandura con la Teoría del Aprendizaje Social, sostienen que la mayoría de las conductas sociales se adquieren observando cómo otros las ejecutan; según esta teoría, el aprendizaje consiste en la adquisición de representaciones cognitivas de la conducta modelo, poniendo en énfasis en la formación de una asociación estímulo-respuesta<sup>10,40</sup>.

En relación con lo mencionado, se puede decir, que los padres a veces exigen que el aspecto cognitivo debe ser lo más importante en el proceso de formación de sus hijos porque creen que solo el conocimiento conducirá a sus hijos al éxito, como el ingreso a la universidad. Las actividades que permiten introducir habilidades sociales muchas veces son relegadas a un segundo plano, los padres exigen matemáticas, ciencia y no ven la importancia del rol formador de otras actividades como el arte, la actividad física, entre otras.

También la autora destaca que la adolescencia es un período crítico en el que se deben desarrollar habilidades sociales, donde la familia y la escuela deben desempeñar su función socializadora. Por lo tanto, estos espacios deben ser vistos como lugares acogedores donde los adolescentes puedan desenvolverse con total confianza y seguridad.

Desde el punto de vista educativo, podemos decir que en las instituciones educativas los docentes deben desarrollar las habilidades sociales que se manifiestan en situaciones de relación social e interpersonal. Con esta definición, podemos decir que las habilidades sociales se pueden enseñar y aprender en mayor o menor medida.

Cabe indicar, que la familia es el escenario más importante para el desarrollo de las habilidades sociales, es ahí donde se adquieren valores, derechos, obligaciones y roles; además de preparar a la persona para el papel que desempeñará en el futuro. Una familia funcional, es la base para la construcción

de comportamientos en los adolescentes, y permite el crecimiento y desarrollo de cada integrante respetando su autonomía y su espacio individual<sup>41</sup>.

Considerando que la adolescencia es la época de mayor vulnerabilidad, se debe seguir investigando en este grupo etáreo sobre las habilidades sociales y el funcionamiento familiar.

Al relacionar ambas variables del estudio, diversos autores encontraron que los resultados no coinciden con los hallazgos de Parra<sup>6</sup> quien concluyó que la ansiedad tiene relación significativa con las habilidades sociales. Asimismo, Proaño<sup>5</sup> halló que existe una relación medianamente significativa entre las habilidades sociales y ansiedad en los estudiantes de la Unidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo; y Lapa<sup>18</sup> encontró una relación inversa baja significativa entre la ansiedad y las habilidades sociales.

Para Zapata<sup>16</sup> las habilidades sociales son respuestas hábiles que dan oportunidad de actuar frente a distintos contextos, es decir, las habilidades sociales atenúan los niveles de ansiedad. Los resultados se traducen en que a mayor desarrollo de las habilidades sociales menor es el nivel de ansiedad en los estudiantes.

Estos resultados demuestran que las distintas estrategias empleadas por el Ministerio de salud no tendrán un resultado positivo en los adolescentes, sino se involucran los docentes, padres de familia en el desarrollo de las habilidades sociales a temprana edad.

## CONCLUSIONES

- La mayoría de los adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango tienen nivel normal de ansiedad.
- Las habilidades sociales de los adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango son de nivel medio
- No existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 distrito de Huarango ( $p > 0,05$ ).

## **RECOMENDACIONES**

- Al Director de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango debe establecer un área Psicopedagógica, con la finalidad de implementar actividades formativas y técnicas de relajación para mejorar las habilidades sociales y mantener un nivel normal de ansiedad.
- 
- A los directivos de las instituciones de salud y de educación deben trabajar articuladamente para implementar estrategias que mejoren las habilidades sociales, y permita mantener los niveles normales de ansiedad en los adolescentes.
- A los estudiantes de enfermería deben realizar investigaciones con enfoque cuantitativo y cualitativo sobre el nivel de ansiedad y habilidades sociales en los adolescentes que permita intervenir positivamente en la resolución de problemas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Violencia juvenil. 2019. [Consultado 6 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/youthviolence>
2. Reyes A. La escuela secundaria como espacio de construcción de identidades juveniles. *Revista mexicana de investigación educativa*, 14(40). [Consultado 8 de mayo de 2022]. Disponible en: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-66662009000100008](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662009000100008)
3. Galimberti U. *Diccionario de Psicología*. México; 2002. [Consultado 4 mayo de 2022]. Disponible en: <https://saberespsi.files.wordpress.com/2016/09/galimberti-umberto-diccionario-depsicologic3ada.pdf>
4. Cuenca R, Carrillo S, De Los Ríos C, Reátegui L, Ortiz G. *La calidad y equidad de la educación secundaria en el Perú*. Lima, 2017. [Consultado 9 de marzo de 2021]. Disponible en; [https://repositorio.iep.org.pe/bitstream/handle/IEP/923/Cuenca-Ricardo\\_Calidad-Equidad-Educacion-Secundaria.pdf;jsessionid=44DACBD4F31350E8D11DA29025046A88?sequence=1](https://repositorio.iep.org.pe/bitstream/handle/IEP/923/Cuenca-Ricardo_Calidad-Equidad-Educacion-Secundaria.pdf;jsessionid=44DACBD4F31350E8D11DA29025046A88?sequence=1)
5. Proaño A. *Habilidades Sociales y Ansiedad en Estudiantes de octavo, noveno y décimo grado de la Universidad Educativa Dr. Ricardo Cornejo Rosales*. [Licenciado en maestría]. Quito: Universidad Central del Ecuador; 2016. [Consultado 9 de marzo de 2021]. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/8936/1/T-UCE-0010-1572.pdf>
6. Parra SV. *Ansiedad y Habilidades Sociales en los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa "Once de Noviembre" Riobamba*, octubre 2017 - marzo 2018. [Tesis de Licenciatura]. Ecuador: Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba; 2018 [Consultado 12 de marzo de 2022]. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/4897>
7. Gonzales M. *Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala*: Universidad César Vallejos. 2018. [Consultado 11 de marzo de 2022]. Disponible en:

- [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21432/Gonzales\\_VMR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/21432/Gonzales_VMR.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
8. Goldstein A, Sprafkin R, Gershaw N, Klein P. Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza. Barcelona, España; 1989. [Consultado 13 de abril de 2022]. Disponible en:<https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=27&subs=290&cod=4170&page=https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=27&subs=290&cod=4170&page=>
  9. Coronel C, Levin M, Sergio M. Las habilidades sociales en adolescentes tempranos de diferentes contextos socioeconómico. Argentina, 2011. [Consultado 4 de marzo de 2022]. Disponible en:[http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/856/Art\\_23\\_553.pdf?sequenc](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/856/Art_23_553.pdf?sequenc)
  10. Bandura A, Walters R. Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad. Madrid; 1978
  11. Organización mundial de la salud. Salud mental del adolescente.2021.[Consultado 4 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
  12. Instituto Nacional de Salud Mental. Estudio epidemiológico de salud mental en Lima metropolitana y Callao; 2013. [Consultado 10 de marzo de 2021]. Disponible en:<http://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2012%20asm%20-eesm%20-lm.pdf>
  13. Aydin A, Tekinsav-Sütcü S, Sorias O. Evaluation of the effectiveness of a Cognitive-Behavioral Therapy Program for alleviating the symptoms of social anxiety in adolescents. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2010.
  14. Pérez SS. Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho. Lima, 2019. . [Consultado 20 marzo de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4323>
  15. Oficina de Estadística del Centro de Salud de Huarango, 2022

16. Zapata MY. Habilidades sociales y ansiedad en estudiantes de 2do año de secundaria de un colegio de Cruceta, Tambo grande, [Tesis de maestría]. Piura: Universidad César Vallejo; 2020. [Consultado 20 marzo de 2022]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/61679/Zapata\\_TM](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/61679/Zapata_TM)
17. Jaimes C, Cruz L, Vega E, Balladares P, Matta H. Habilidades sociales en estudiantes adolescentes de un centro preuniversitario de Lima Norte, 2019 [Consultado 12 de marzo de 2022] 3(1) Disponible en: <http://revista.uclima.edu.pe/index.php/hgh/article/view/27>
18. Lapa R. Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de San Martín de Pongoa. [Tesis de maestría]. Huancayo: Universidad Peruana los Andes. 2019 [Consultado 2 de abril de 2022] Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1238/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Rodríguez AE. Factores individuales y familiares relacionados con habilidades sociales en adolescentes atendidos en el puesto de salud CLAS Otuzco – Cajamarca, 2018. [Consultado 13 marzo de 2022] Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35082/rodriguez\\_s\\_a.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35082/rodriguez_s_a.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
20. Estrada S. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de 5to grado secundaria en una Institución Educativa Del Distrito De Mazamari, Huancayo, 2019. [Consultado 20 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1241/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Bandura A, Walters R. Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad. Alianza Editorial.1974.
22. Sánchez D. Ansiedad y habilidades sociales en alumnos de nivel secundario de una institución educativa policial de Trujillo. [Tesis Licenciatura]. Trujillo: Universidad Privada del Norte. 2016.
23. Ortiz M. Psicopatología clínica Adaptada al DSM-5. Málaga; 2019
24. Spielberger C. Anxiety as an emotional state. En C.D. Spielberger (Ed.), Anxiety Behavior. New York; 1972

25. American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales 5º edición. España: Editorial Medica Panamericana. 2014.
26. Zung W. Inventario de Escala de autoevaluación de la ansiedad de Zung. 1965. [Consultado 10 de abril de 2022]. Disponible en: <http://saeupc.unicesar.edu.co/index.php?sid=48322&lang=es#:~:text=La%20Escala%20de%20Autoevaluaci%C3%B3n%20de, como%20expresi%C3%B3n%20de%20trastornos%20emocionales.>
27. Roca E. Como mejorar tus habilidades sociales. 4ª Ed Valencia, España; 2014 [Consultado 14 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20socialesDale%20una%20mirada.pdf>
28. Ontoria M. Habilidades Sociales. Madrid, España; 2018. [Consultado 16 abril de 2022].
29. Gálvez L. Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa “Luis Armando Cabello Hurtado” Manzanilla - Cercado de Lima; 2017. [Tesis Maestría] Lima: Universidad César Vallejo; 2019. [Consultado 20 abril de 2022]. Disponible en: [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8626/G%C3%A1lvez\\_QLL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8626/G%C3%A1lvez_QLL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
30. Torres M. Las habilidades sociales. Un programa de intervención en Educación Secundaria Obligatoria. [Tesis Maestría]. Granada: Universidad de Granada, 2014. [Consultado 2 de mayo de 2019]. Disponible en: [http://masteres.ugr.es/psicopedagogica/pages/info\\_academica/trabajo\\_fin\\_de\\_master/t\\_fmhabilidades sociales/!](http://masteres.ugr.es/psicopedagogica/pages/info_academica/trabajo_fin_de_master/t_fmhabilidades sociales/)
31. Cáceres R. Habilidades sociales y convivencia escolar en estudiantes del tercer año de secundaria, instituciones educativas de la Red 12, Chorrillos 2017 [Tesis Maestría]. Lima: Universidad César Vallejo; 2017.
32. Monjas M, González B. Las habilidades sociales en el currículo. España;1998.
33. Peñafiel E, Serrano C. Habilidades Sociales. Madrid, España; 2010).
34. Hernández R, Fernández C Metodología de la Investigación. Buenos Aires: McGRAW-HILL.2014. [Consultado 8 mayo de 2022]. Disponible en: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp->

- content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigación-sexta-edicion.compressed.pdf
35. García CH. La medición en ciencias sociales y en la psicología en Estadística con SPSS y metodología de la investigación de René Landeros Hernández y Mónica. Gonzales Ramírez (comp). México; 2006
  36. Álvarez P. Investigación ética. Universidad De Santiago de Cali. 2017[Consultado 12 octubre de 2022]. Disponible en: <file:///C:/Users/lenovo/Downloads/Dialnet-EticaEInvestigacion-6312423.pdf>
  37. Saritupac S, Varas L, Roxana P, Nieto-Gamboa J, Silva B, Rodríguez MA. Niveles de ansiedad de estudiantes frente a situaciones de exámenes: Cuestionario CAEX. Propósitos y Representaciones. 2020. [Consultado 13 de mayo de 2023].8(3). Disponible en: <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n3.787>
  38. Fernández I, Rodríguez B, Arderius E, Escolar A, García-Vera M.P, Sanz J. Utilización de medidas objetivas del descenso de la ansiedad durante la terapia de exposición en un caso de fobia social. Madrid, 2013. [Consultado 18 mayo de 2022]. Disponible en:<https://www.ucm.es/data/cont/docs/315-2016-10-03-posteransiedad.pdf>
  39. Lacunza AB, Contini N. Las habilidades sociales en niños y adolescentes. u importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. Fundamentos En Humanidades.2011. [Consultado 18 mayo de 2022].12(23), 159-182.Disponible en: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/72163>
  40. Jara M, Olivera M, Elmer Y. Teoría de la personalidad según Albert Bandura. Revista de Investigación de Estudiantes de Psicología “JANG ,” 2018. [Consultado 8 mayo de 2022]. 7(2), 22-35. Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/article/download/1710/1389/>
  41. Higueta LF, Cardona JA. Percepción de funcionalidad familiar en adolescentes escolarizados en instituciones educativas públicas de Medellín. Colombia, 2016. *Psicología*, 9(2), 167-178. [ Consultado 1 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423548400011.pdf>

# **ANEXOS**

## Anexo 1

### UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

#### CUESTIONARIO PARA DETERMINAR LA ANSIEDAD EN ADOLESCENTES

##### INSTRUCCIONES:

A continuación, se presenta una serie de enunciados, los cuales debes responder marcando con una X el casillero de una de las alternativas (Nunca o casi nunca, a veces, con frecuencia, siempre o casi siempre) de acuerdo a como se presentela situación en ti. No dejes ningún enunciado sin responder.

Agradezco anticipadamente su participación.

##### I. Datos generales:

1.1. Edad: años.....

1.2. Sexo:

- 1) Masculino ( )
- 2) Femenino ( )

1.3. Procedencia:

- 1) Zona urbana ( )
- 2) Zona rural ( )

##### II. Ansiedad en estudiantes

INDICADORES	1	2	3	4	5
1. Me siento más intranquilo (a) y nervioso (a) que de costumbre	Nunca o casi nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre o casi siempre	De acuerdo
2. Me siento atemorizado (a) sin motivo					
3. Me altero o agito con rapidez					
4. Me siento como si fuera a estallar y partirme en pedazos					
5. Creo que todo está bien y que no va a pasar nada malo					

<b>INDICADORES</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
6. Tengo pesadillas					
7. Sufro dolores de cabeza, cuello y de espalda					
8. Me siento débil y me canso fácilmente					
9. Me siento tranquilo (a) y me es fácil estar quieto					
10. Siento que el corazón me late rápido					
11. Sufro de mareos (vértigos)					
12. Me desmayo o siento que voy a desmayarme					
13. Puedo respirar fácilmente					
14. Se me hormiguean los dedos de las manos y pies					
15. Sufro dolores de estómago e indigestión					
16. Orino con mucha frecuencia					
17. Tengo mis manos secas y calientes					
18. La cara se pone caliente y roja					
19. Duermo fácilmente y descanso bien durante la noche					
20. Me tiemblan las manos, los brazos y las piernas.					

*Gracias por su participación*

## Anexo 2

### CUESTIONARIO PARA MEDIR HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES

#### Instrucciones:

A continuación, se presenta una lista de habilidades sociales que puedes tener en mayor o menor grado y que favorecen tu desenvolvimiento al interactuar con otras personas. Debes marcar con una (x) la alternativa que indique la frecuencia (Nunca, Muy pocas veces, Algunas veces, A menudo, Siempre) con que realizas cada una de las acciones indicadas en los ítems. No dejes ningún ítem sin marca

Indicadores		Nunca	Muy pocas veces	Algunas veces	A menudo	Siempre
1	Prestas atenciones a la persona que te está hablando y haces lo posible por comprenderla					
2	Puedes iniciar una conversación y luego mantenerla					
3	Realizas preguntas a los demás sobre un tema, cuando lo necesitas					
4	Permites que los demás sepan que estás agradecido por algo que hicieron por ti					
5	Te presentas a los demás por iniciativa propia y ayudas a otros a conocerse					
6	Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen					
7	Pides ayuda cuando tienes alguna dificultad					
8	Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad					
9	Explicas claramente a los demás cómo hacer una tarea específica					

	<b>Indicadores</b>	Nunca	Muy pocas	Algunas veces	A menudo	Siempre
10	Prestas atenciones a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente					
11	Pides disculpa a los demás cuando sabes que hiciste algo mal					
12	Intentas persuadir a los demás que tus ideas son mejores y que son más útiles que las de otra persona.					
13	Intentas comprender las emociones que estás experimentando					
14	Permites que los demás sepan lo que sientes					
15	Intentas comprender lo que sienten los demás					
16	Permites que los demás sepan que te preocupas o te interesas por ellos					
17	Cuando estás asustado, intentas hacer algo para disminuir tu miedo					
18	Te das a ti mismo una recompensa por haber hecho algo bien					
19	Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y se lo pides a la persona indicada					
20	Ayudas a quien lo necesita					
21	Si estás en desacuerdo con alguien por algún tema, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos en lugar de pelear					
22	Controlas tu carácter para poder sobrellevar una situación					
23	Defiendes tus derechos dando a conocer tu punto de vista					

24	Sabes mantener el control cuando los demás te hacen bromas					
25	Das a conocer a los demás, pero no con enfado, cuando hacen algo que no te gusta					
26	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o estar menos cohibido					
27	Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y luego haces algo para sentirte mejor					
28	Intentas entender por qué has fracasado en una determinada situación					
29	Reconoces y resuelves la confusión cuando los demás te explican una cosa, pero hacen otra					
30	Decides qué hacer cuando los demás quieren que hagas algo distinto					
31	Las decisiones que tomo las hago pensando en las consecuencias					
32	Si surge un problema intentas determinar que lo causó					
33	Me propongo metas que sé que puedo alcanzar					
34	Eres consciente de lo que puedes hacer antes de realizar una tarea					
35	Indagas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información					
36	Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de una tarea					

### Anexo 3

## VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

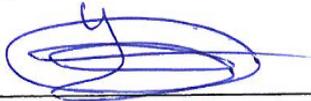
### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

VALIDEZ		
APLICABLE	✓	NO APLICABLE
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES		
Validado por: <i>Denis Elizabeth Brinigas Abanto</i>	D.N.I: <i>27674599</i>	Fecha: <i>24-10-22</i>
Firma: <i>D Brinigas A.</i>	Teléfono: <i>949338384</i>	E-mail: <i>dbrinigas@uncc.edu.pe</i>
Tomado de Yadira Corral en validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos		

**CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

VALIDEZ		
APLICABLE	<input checked="" type="checkbox"/>	NO APLICABLE
<b>APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES</b>		
<b>Validado por:</b> Lic. Ps. Ruth Vanesa Alarcón Clavo	<b>D.N.I.:</b> 43470881	<b>Fecha:</b> 19/10/2022
<b>Firma:</b> 	<b>Teléfono:</b> 949657046	<b>E-mail:</b> vaneruthm@hotmail.com
<p align="center"><b>Tomado de Yadira Corral en validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos</b></p>		

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

VALIDEZ		
APLICABLE	X	NO APLICABLE
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES		
Validado por: Mg. Gerardo Helena Piedra Tineo	D.N.I.: 41101443	Fecha: 20-10-22
Firma: 	Teléfono: 943501725	E-mail: hpiedra@unc.edu.pe
Tomado de Yadira Corral en validez y confiabilidad de los instrumentos de investigación para la recolección de datos		

**Anexo 4**

**SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN**

**“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”**

**SOLICITO: CARTA DE PRESENTACION PARA  
APLICACIÓN DE CUESTIONARIO**

**SEÑORA**

**M.Cs MARIA AMELIA VALDERRAMA SORIANO**

**DIRECTORA DE LA ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE  
LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA - FILIAL JAEN**

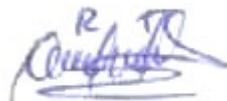
Yo, **Ana Margot Rodas Tenorio**, ex alumna de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial-Jaén, con código ARN 2014280030, identificado con D.N.I 48504610 y celular N° 962463174, domiciliado en la calle Los Romerillos N° 146 -Sector los Sauces- Jaén, ante usted con el debido respeto me presento y expongo.

Que con Resolución de Consejo de Facultad N° 538-2022-FCS-UNC de fecha 18 de agosto del 2022. se ha aprobado mi Proyecto de tesis titulado: **ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÚPAC AMARU II N° 16498 DEL DISTRITO DE HUARANGO - SAN IGNACIO 2022**, bajo el asesoramiento de la Docente. Dra. Elena Vega Torres, en ese sentido solicito a usted me brinde la respectiva autorización de requerir al director de la institución Wilmer Huanca Rivera para efectivizar la aplicación del cuestionario a los alumnos de nivel secundario 1° a 5° de dicha Institución Educativa.

**POR LO EXPUESTO:**

Solicito a usted hacer efectiva mi solicitud, por ser de justicia.

Jaén, 19 de diciembre del 2022



---

**Rodas Tenorio Ana Margot**

DNI N°48504610

## Anexo 5

# DOCUMENTO DE ACEPTACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS



## UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA SECCION JAEN

"Norte de la Universidad Peruana"  
Fundada por Ley N° 14015 del 13 de Febrero de 1,962  
Bolivar N° 1368 - Plaza de Armas - Telf: 431907  
JAEN - PERU

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Jaén, 19 de diciembre de 2022

OFICIO VIRTUAL N° 0888 -2022-SJE-UNC

Señor  
LIC. WILMER HUANCA RIVERA  
DIRECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TUPAC AMARU II  
N° 16498 DEL DISTRITO DE HUARANGO - SAN IGNACIO 2022"

CIUDAD

ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA  
APLICACIÓN DE CUESTIONARIO TRABAJO  
DE INVESTIGACIÓN

Es grato dirigirme a Ud., para hacerle llegar mi cordial saludo, al mismo tiempo manifestarle que, la Bachiller **ANA MARGOT RODAS TENORIO**, realizará el trabajo de investigación: "ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II N° 16498 DEL DISTRITO DE HUARANGO - SAN IGNACIO 2022", con fines de optar el título de Licenciada en Enfermería.

Encontrándose en la etapa de ejecución del Proyecto, esta Dirección, solicita su valioso apoyo autorizando a la indicada egresada para presentarse ante su persona, a fin de efectuar la aplicación de un Cuestionario dirigida a los estudiantes del 1° al 5° del Nivel Secundario de la Institución Educativa bajo su Dirección, a partir de la fecha y/o durante el período que se requiera para la recolección de datos.

Agradeciéndole anticipadamente por la atención que brinde al presente, hago propicia la oportunidad para testimoniarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

  
M. Cs. María Amelia Valderrama Soriano  
Docente (e) EAPE: FJ.

C.C: -Archivo.  
MAVS/rm.

## Anexo 6

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....con

DNI N°:.....

Acepto que mi menor hijo (a) participe en la investigación acerca de la Ansiedad y Habilidades Sociales en Adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16948 del Distrito de Huarango - San Ignacio 2022, realizado por Ana Margot Rodas Tenorio, ex alumna de la UNC.

La investigadora me ha explicado con claridad los objetivos de la investigación y que no se mencionaran los nombres de los participantes, teniendo la libertad de retirar mi consentimiento en cualquier momento y dejar que participe mi hijo (a) en el estudio sin que esto me genere algún perjuicio. Estoy consciente que el informe final de la investigación será publicado.

Finalmente declaro que mi hijo (a) participe en dicho estudio.

Fecha: ...../ ...../.....

\_\_\_\_\_  
**Firma de la investigadora**

\_\_\_\_\_  
**Firma o huella del padre o  
responsable**

**Anexo 7**

**ASENTIMIENTO INFORMADO**

Yo.....con  
DNI N°:.....

Acepto participar en la investigación acerca del de la Ansiedad y Habilidades Sociales en Adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16948 del distrito de Huarango provincia de San Ignacio 2022, realizado por Ana Margot Rodas Tenorio, ex alumna de la UNC.

La investigadora me ha explicado con claridad los objetivos de la investigación y queno se mencionaran los nombres de los participantes, teniendo la libertad de retirar mi consentimiento en cualquier momento y dejar de participar en el estudio sin que esto me genere algún perjuicio. Estoy consciente que el informe final de la investigación será publicado.

Finalmente declaro participar en dicho estudio.

Fecha: ...../...../.....

\_\_\_\_\_  
**Firma de la investigadora**

\_\_\_\_\_  
**Firma o huella de la participante**

## ANEXO 8

### DATOS COMPLEMENTARIOS

Tabla 5. Características sociodemográficas en los adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango

Sección	Sexo				Total	Sección	Edad	
	Femenino		Masculino				Media	D.E.
	Frecuencia	%	Frecuencia	%				
2 <sup>a</sup>	14	50,0%	14	50,0%	28	2A	13,3	0.5
2B	8	57,1%	6	42,9%	14	2B	13,2	0.4
3 <sup>a</sup>	9	32,1%	19	67,9%	28	3A	13,9	0.7
3B	12	37,5%	20	62,5%	32	3B	14,3	0.7
4 <sup>a</sup>	15	57,7%	11	42,3%	26	4A	15,2	0.5
4B	4	50,0%	4	50,0%	8	4B	15,0	0.0
5 <sup>a</sup>	18	56,3%	14	43,8%	32	5A	16,2	0.4
Total	80	47,6%	88	52,4%	168	Total	14,5	1.2

Tabla 6. Nivel de ansiedad por dimensiones en los estudiantes de la  
 Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del  
 distrito de Huarango

Nivel de ansiedad/dimensiones		N	%
Ansiedad	Normal	116	69
Subjetiva	Mínima	52	31
Ansiedad	Normal	119	70,8
Somática	Mínima	49	29,2
Total		168	100

Tabla 7. Nivel de habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N° 16498 del distrito de Huarango, 2022

	Bajo	15	8,9%
Habilidades básicas	Medio	112	66,7%
	Alto	41	24,4%
	Bajo	19	11,3%
Habilidades avanzadas	Medio	103	61,3%
	Alto	46	27,4%
	Bajo	31	18,5%
Habilidades relacionadas con el sentimiento	Medio	88	52,4%
	Alto	49	29,2%
	Bajo	14	8,3%
Habilidades alternativas a la agresión	Medio	91	54,2%
	Alto	63	37,5%
	Bajo	20	11,9%
Habilidades para el manejo del estrés	Medio	109	64,9%
	Alto	39	23,2%
	Bajo	18	10,7%
Habilidades de planificación	Medio	104	61,9%
	Alto	46	27,4%
	Total	168	100,0%

## ANEXO 9

### REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA  
“NORTE DE LA UNIVERSIDAD PERUANA”

Av. Atahualpa N° 1050

Repositorio institucional digital

Formulario de Autorización

1. Datos del autor:

Nombres y Apellidos: Ana Margot Rodas Tenorio

DNI: 48504610

Correo Electrónico: arodastenorio@gmail.com

Teléfono: 962463174

2. Grado, Título o Especialidad:

Bachiller

Título

Magister

Doctor

Segunda especialidad profesional

3. Tipo de Investigación<sup>1</sup>:

Tesis

Trabajo académico

Trabajo de investigación

Trabajo de suficiencia profesional

Título: Ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Tupac Amaru II N°16498 del Distrito de Huarango San Ignacio 2022

Asesora: Elena Vega Torres

Año: 2023



b) Licencias Creative Commons<sup>2</sup>

Autorizo el depósito (marque con un X)

Si autorizo el uso comercial y las obras derivadas de mi trabajo de investigación.

No autorizo el uso comercial y tampoco las obras derivadas de mi trabajo de investigación.

  
Firma

19 / 02 / 2024

<sup>2</sup>Licencia creative commons: Las licencias creative commons sobre su trabajo de investigación, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, siempre y cuando reconozcan la autoría correspondiente. Todas las licencias creative commons son de ámbito mundial. Emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales. En consecuencia, goza de una eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.



# UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA

## SECCION JAEN

"Monte de la Universidad Peruana"  
Fundada por Ley N° 14015 del 13 de Febrero de 1962  
Bolivar N° 1368 - Plaza de Armas - Telf. 431997  
JAEN - PERU

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

### MODALIDAD "A"

### ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO (A) EN ENFERMERIA

En Jaén, siendo las 4:00pm. del 01 de febrero del 2024, los integrantes del Jurado Evaluador para la revisión y sustentación de la tesis, designados en Consejo de Facultad a propuesta del Departamento Académico, reunidos en el ambiente del auditorium principal de la Escuela Académico Profesional de Enfermería - Sede Jaén, de la Universidad Nacional de Cajamarca, dan inicio a la sustentación de tesis denominada:

### ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TUPAC AMARU II N° 16498 DEL DISTRITO DE HUARANGO – SAN IGNACIO 2022

Presentado por la **Bachiller: ANA MARGOT RODAS TENORIO**

Siendo las 5:30pm. del mismo día, se da por finalizado el proceso de evaluación, el Jurado Evaluador da su veredicto en los siguientes términos: BUENO, con el calificativo de: Dieciséis (16.), con lo cual el (la) Bachiller en Enfermería se encuentra APTA para la obtención del Título Profesional de: **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA.**

Miembros Jurado Evaluador Nombres y Apellidos		Firma
Presidente:	<u>M. Cs. Insolina R. Diaz Rivadeneira</u>	
Secretario(a):	<u>Lic. Enf. Marleny E. Miranda Castro</u>	
Vocal:	<u>M. Cs. Wilmer Vicente Abad</u>	
Accesitaria:		
Asesor (a):		
Asesor (a):	<u>Dra. Elena Vega Torres</u>	

Términos de Calificación:  
EXCELENTE (19-20)  
REGULAR (12-13)

MUY BUENO (17-18)  
REGULAR BAJO (11)

BUENO (14-16)  
DESAPROBADO (10 a menos)



**Universidad Nacional de Cajamarca**  
**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Biblioteca Especializada**



---

**“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”**

El que suscribe; Antonio Ysidoro, Gallardo Chilón. Responsable y encargado del repositorio de la Biblioteca Especializada de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, expide la siguiente.

## **Constancia**

**Que la tesis de enfermería. Rodas Tenorio, Ana Margot, Con título: Ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Túpac Amaru II N°16498 del Distrito de Huarango - San Ignacio 2022**

**<https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/6411>**

**Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime  
Conveniente.**

**Cajamarca, 11 de marzo del 2024.**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
BIBLIOTECA ESPECIALIZADA  
  
Antonio Ysidoro Gallardo Chilón  
RESPONSABLE