

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Enfermería

ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES

DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO

ARIAS COPAJA, TACNA – 2025

TESIS

Presentada por:

Bach. Alexander Angel Torres Chura

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

TACNA – PERÚ

2025

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Enfermería

**ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO
ARIAS COPAJA, TACNA – 2025**

TESIS

Presentada por:

Bach. Alexander Angel Torres Chura

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Aprobado por Unanimidad, ante el siguiente jurado.



Dra. Victoria Nora Vela de Córdova
Presidente



Dra. Ingrid María Manrique Tejada
Miembro



Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez
Miembro



Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez
Asesora

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, **Yolanda Paulina Torres Chavez**, en mi condición de asesora acreditada con resolución de Facultad N°14287-2025-FACS-UNJBG del 14 de octubre del 2025, del trabajo de tesis titulada: ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA – 2025, presentado por el **Bach. Alexander Angel Torres Chura**, para optar el Título Profesional de: **LICENCIADO EN ENFERMERÍA**.

Habiendo cumplido con lo establecido en el reglamento de originalidad y similitud de trabajos de investigación y producción intelectual, considerando que según la revisión, evaluación y análisis realizado a través del software de similitud TURNITIN, cuenta con el nivel de similitud permitido cuyo porcentaje es 18 %.

Por lo que CERTIFICO LA SIMILILARIDAD de la ESCALA DE SIMILITUD de la tesis está de acuerdo a lo PERMITIDO, para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el Repositorio Institucional.

Se emite el presente certificado con fines de continuar con los trámites respectivos para su obtención del Título Profesional.

Tacna, 06 de enero del 2026.



Dra. Yolanda Paulina Torres Chavez
DNI: 23837751
Asesora



Bach. Alexander Angel Torres Chura
DNI: 77234784
Tesista



DEDICATORIA

A Dios, por haberme brindado la sabiduría que necesito para culminar y cumplir mis metas y por permitirme llegar a este momento de mi vida.

A mi madre Janet Nelly Chura y padre Rene Angel Torres, por sus consejos y apoyo en etapas difíciles de mi vida, por su amor de padres, por sus enseñanzas de nunca rendirme y perseguir mis sueños y por el cuidado que me han brindado en toda mi vida.

A mi abuela Catalina y mi tío Julio, por su cariño y apoyo incondicional en etapas difíciles de mi vida, y por ser parte de mi motivación.

A mi asesora Dra. Yolanda Torres Chavez, por su tiempo, comprensión, paciencia, orientación y por todas sus enseñanzas los cuales me permitieron finalizar este trabajo.

Y de forma especial a todas las personas que contribuyeron en el desarrollo y culminación de esta investigación.

Bach. Alexander Angel Torres Chura

AGRADECIMIENTO

A todos y cada uno de los docentes de la Escuela Profesional de Enfermería quienes me brindaron sus conocimientos, por sus enseñanzas y dedicación ya que hicieron que mi paso por la universidad sea agradable y contribuyeron con mi formación profesional.

A la directora, docentes y estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, que hicieron posible que pueda realizar el presente trabajo de investigación.

A la Dra. Ingrid Manrique Tejada, por brindarme su apoyo incondicional, cariño y la motivación se superar mis límites.

A la Dra. Victoria Nora Vela, por su apoyo incondicional en los momentos difíciles que se me presentaron en el pregrado.

A mi familia por brindarme siempre su apoyo incondicional y ser el motivo de inspiración en cumplir mis objetivos y metas.

Bach. Alexander Angel Torres Chura

ÍNDICE

	Pág
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.1. Descripción del problema	4
1.2. Formulación del problema	11
1.3. Objetivos.....	11
1.3.1. Objetivo General	11
1.3.2. Objetivo Específicos.....	11
1.4. Justificación	12
1.5. Hipótesis	14
1.5.1. Hipótesis Alterna	14
1.5.2. Hipótesis Nula	14
1.6. Variables de estudio	14
1.6.1. Variable 1	14
1.6.2. Variable 2	14
1.7. Operacionalización de variables	15
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	17
2.1 Antecedentes del problema	17
2.1.1 Internacionales	17
2.1.2 Nacionales	18
2.1.3 Regionales	21
2.2 Bases teóricas	23
2.2.1 Modelo de sistemas de Betty Neuman.....	23
2.2.2 Mapa conceptual de la Teoría elegida	31

2.2.3	Descripción del mapa conceptual del modelo de sistemas de Betty Neuman.....	32
2.3	Variables de estudio	33
2.3.1	Ansiedad	33
2.3.2	Habilidades sociales.....	39
2.4	Definición conceptual de Término Básicos	44
2.4.1	Ansiedad	44
2.4.2	Habilidades sociales.....	45
2.4.3	Adolescencia.....	45
2.4.4	Estudiantes	46
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN		47
3.1	Enfoque de la investigación	47
3.2	Tipo de investigación	47
3.3	Método de investigación	47
3.4	Población	48
3.4.1	Criterios de inclusión y exclusión	48
3.5	Muestra.....	49
3.5.1	Tamaño de la muestra	49
3.5.2	Muestreo o selección de la muestra.....	49
3.6	Unidad de Análisis	49
3.7	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	50
3.8	Validez y confiabilidad	53
3.9	Procedimientos recolección de datos	55
3.10	Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	55
3.11	Consideraciones éticas.....	56
3.11.1	Principio de autonomía.....	56
3.11.2	Consentimiento informado	56
3.11.3	Confidencialidad de los datos y anonimato	56
3.11.4	Principio de beneficencia	57
3.11.5	Evaluación de los beneficios del estudio y sus destinatarios	57
3.11.6	Protección de grupos vulnerables	57
3.11.7	Principio de justicia.....	58

3.11.8	Selección de seres humanos sin discriminación	58
3.11.9	Los beneficios potenciales serán para los individuos y los conocimientos para la sociedad.....	58
CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSION DE LOS DATOS.....		59
4.1	Presentación de resultados en tablas y descripción	59
4.2	Prueba de hipótesis	68
4.2.1	Nivel de significancia.....	68
4.2.2	Estadística de prueba.....	68
4.2.3	Decisión:	69
4.2.4	Conclusión:	69
4.3	Discusión de resultados.....	69
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....		76
5.1	Conclusiones	76
5.2	Recomendaciones	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		79
ANEXOS.....		96

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla N° 01 Caracterización de los estudiantes del tercer año según la edad, sexo, grado y sección de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	53
Tabla N° 02 Nivel de ansiedad en los estudiantes del tercer año de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	55
Tabla N° 03 Nivel de habilidades sociales en los estudiantes del tercer año de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	57
Tabla N° 04 Relación de la ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes del tercer año de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	59

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
Gráfico N° 01 Caracterización de los estudiantes del tercer año según la edad, sexo, grado y sección de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	54
Gráfico N° 02 Nivel de ansiedad en los estudiantes del tercer año de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	56
Gráfico N° 03 Nivel de habilidades sociales en los estudiantes del tercer año de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	58
Gráfico N° 04 Relación de la ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes del tercer año de la I.E. Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.	60

RESUMEN

El presente estudio tiene como **Objetivo**, Relacionar la Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025; **Metodología**, se utilizó el enfoque cuantitativo, tipo de investigación descriptivo correlacional, método deductivo, con una muestra de 105 estudiantes. Los instrumentos que se aplicó fue el cuestionario de autovaloración de la escala de Zung y Habilidades sociales, respetando las consideraciones éticas y consentimiento informado; **Resultados**: En cuanto al nivel de ansiedad en los estudiantes un 39,05% presentan ansiedad moderada, un 12,38% ansiedad grave, un 10,48% ansiedad leve y 38,10% sin ansiedad. En cuanto a las habilidades sociales un 63,81% son de nivel medio y un 20,00% un nivel bajo y un 16,19% un nivel alto. Además, según la prueba estadística Chi cuadrado resulta una relación positiva y alta entre la ansiedad y las habilidades sociales. **Conclusión**, se pudo determinar que existe una relación positiva y alta mediante la prueba estadística Chi cuadrado por lo que decimos que hay una relación entre la variable de ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución educativa Gerardo Arias Copaja de Tacna, 2025.

Palabras Clave: Ansiedad, habilidades sociales, estudiantes.

ABSTRACT

The objective of this study is to relate anxiety and social skills in students of the Gerardo Arias Copaja Educational Institution, Tacna 2025. The methodology employed a quantitative approach, specifically a descriptive-correlational research design, using a deductive method. The sample consisted of 105 students. The instruments used were the Zung Self-Assessment Questionnaire and a Social Skills Questionnaire, respecting ethical considerations and obtaining informed consent. Results: Regarding anxiety levels, 39,05% of the students presented moderate anxiety, 12,38% severe anxiety, 10,48% mild anxiety, and 38,10% no anxiety. As for social skills, 63,81% were at a medium level, 20,00% at a low level, and 16,19% at a high level. Furthermore, the Chi-square statistical test revealed a strong positive correlation between anxiety and social skills. In conclusion, it was determined that there is a positive and strong relationship through the Chi square statistical test, therefore we say that there is a relationship between the anxiety variable and social skills in the students of the Gerardo Arias Copaja Educational Institution of Tacna, 2025.

Keywords: Anxiety, social skills, students.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo, determinar la relación que existe entre la ansiedad y las habilidades sociales de los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025.

En la vida diaria de los seres humanos existen diversos problemas y en respuesta a ello, la ansiedad es una emoción normal que forma parte de las reacciones de cada persona. Aunque la ansiedad existe en todas las etapas de la vida, tiende a ser más prominente durante la etapa de la adolescencia porque es el momento en que se producen cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales. Como resultado, es importante adaptarse a los diversos cambios que la sociedad nos presenta a diario. El mismo acto de hacer estos cambios requiere una cierta cantidad de ansiedad, que siempre está ahí.

Las habilidades sociales son el medio por el cual las personas se conectan con aquellos que están en su entorno. Eventualmente llegan a ser una colección de comportamientos, patrones de pensamiento y estados emocionales que permiten a las personas comunicarse. La ansiedad y el temor son algunos factores que dificultan que las personas desarrollen sus habilidades sociales, por lo que a muchos jóvenes les resulta difícil mantener un equilibrio con estas emociones, lo que se manifiesta en el entorno en algunos casos

Para mejor comprensión del trabajo se ha estructurado en capítulos:

Capítulo I.- Planteamiento del problema, se describe un panorama global de la problemática de interés de la investigación, se elabora la formulación del problema de estudio, los objetivos, la justificación de la investigación, el planteamiento de hipótesis, identificación de variables de estudio y la operacionalización de variables.

Capítulo II.- Marco teórico, se muestra la revisión de la literatura correspondiente a la investigación planteada, se buscan antecedentes y bases teóricas que sustenten la investigación y determinen los factores causales y protectores que permitan actuar ante el problema, se hace extensión de las variables de estudio y se incluye las definiciones de términos básicos.

Capítulo III.- Metodología de la investigación, se evidencian aspectos correspondientes a la metodología incluyendo los procedimientos utilizados para la recolección, procesamiento y análisis de datos y las consideraciones éticas.

Capítulo IV.- Resultados y discusión de resultados, se presenta en tablas y gráficos estadísticos los resultados obtenidos, así como se cuenta con la prueba de hipótesis que se contrasta mediante discusión con otras investigaciones.

Capítulo V.- Conclusiones y recomendaciones del trabajo de investigación realizado, acorde a los objetivos planteados de la investigación.

Teniendo como principal conclusión que si existe relación significativa entre la ansiedad y habilidades sociales en los estudiantes del 3er año de la I. E. Gerardo Arias Copaja.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema

La persona humana es un ser único y esencialmente social, cuyo desarrollo implica una interacción constante con su entorno. (1) Neuman describe a la persona como un sistema abierto y dinámico, en continua interacción con su entorno. En la adolescencia, esto es particularmente evidente debido a los intensos cambios físicos, psicológicos, cognitivos y sociales, lo que vuelve al adolescente más sensible a los estresores del ambiente. (2)

Por otro lado, el Modelo del Cuidado Integral de Salud reconoce a la adolescencia como la etapa comprendida entre los 12 y 17 años, periodo en el cual ocurren cambios significativos a nivel físico, cognitivo, emocional y social (3) . Sin embargo, en el transcurso se evidencian diversos factores que exponen al adolescente a presentar problemas en su desarrollo psicosocial como la ansiedad, generando dificultades en el desenvolvimiento frente a la sociedad, afectando su desarrollo en las habilidades sociales. (4)

La Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud menciona que más de 301 millones de personas en el mundo padecían un trastorno de ansiedad, lo que convierte a los trastornos de ansiedad en los trastornos mentales más comunes del 12 a 15% de los adolescentes y niños a nivel mundial estarían padeciendo de dificultades muy vinculadas a la ansiedad, siendo

estos problemas los que terminan afectando el normal desarrollo de ellos. (5)

La creciente prevalencia de los trastornos de ansiedad en adolescentes se ha visto acompañada por un aumento en la demanda de profesionales especializados en salud mental, lo que ha puesto en evidencia una importante brecha en la cobertura y acceso a los servicios de salud mental. Esta situación resulta especialmente preocupante en la población infantojuvenil, donde las necesidades de atención superan ampliamente la disponibilidad de recursos humanos y servicios especializados. Las enfermeras psiquiátricas desempeñan un papel fundamental en el diagnóstico, el tratamiento y la prescripción de medicamentos a pacientes tanto en entornos hospitalarios como ambulatorios, ya que pueden reducir la brecha en el acceso a los servicios de salud mental, proporcionando un apoyo crucial a esta población vulnerable (6)

La UNICEF define a la ansiedad como una respuesta emocional que surge ante situaciones percibidas como amenazantes o preocupantes, y se manifiesta a través de sensaciones de miedo, inquietud o pánico. Se trata de una experiencia natural y propia del ser humano, que en niveles moderados cumple una función adaptativa, ya que permite mantener el estado de alerta, anticipar riesgos y favorecer conductas de autoprotección frente al peligro. No obstante, cuando la ansiedad se presenta de forma intensa, persistente o desproporcionada respecto a la situación real, puede distorsionar la percepción de la realidad, haciendo que las personas interpreten los acontecimientos como más amenazantes de lo que realmente son. En estos casos, la ansiedad puede volverse

abrumadora, interferir en el funcionamiento cotidiano y afectar el bienestar emocional. La preocupación constante y sostenida en el tiempo puede dar lugar a estados de ansiedad prolongada, incrementando el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad, especialmente durante etapas vulnerables del desarrollo como la adolescencia. (7)

Peréz M. y Sánchez P. en su trabajo de investigación del año 2022, menciona que los trastornos de ansiedad que inician en la adolescencia, pueden manifestarse de forma progresiva, persistente y crónica, o bien presentar un curso recurrente. Cuando no se identifican ni tratan oportunamente, estos trastornos tienden a prolongarse en el tiempo, incrementando el riesgo de persistencia. En la adolescencia, la ansiedad se manifiesta con mayor frecuencia en forma de temor a hacer el ridículo frente a los pares, al fracaso académico, a la competencia escolar y a preocupaciones vinculadas con la salud. Desde una perspectiva funcional, la ansiedad surge ante la percepción de un peligro inmediato, ya sea real o imaginario, y cumple un rol adaptativo esencial para la supervivencia, al preparar al organismo para responder ante situaciones amenazantes. No obstante, la ansiedad se considera patológica cuando es excesiva en intensidad, frecuencia o duración, cuando resulta desproporcionada frente al estímulo desencadenante y cuando interfiere de manera significativa en el funcionamiento cotidiano y en el bienestar emocional del individuo. (8)

La Oficial de Salud de UNICEF Chile, Carolina Klein, menciona que muchos adolescentes lidian diariamente con sentimientos de ansiedad y tristeza sin contar con espacios donde puedan ser

escuchados o comprendidos. Estar disponibles y apoyarlos en esos momentos es fundamental y puede marcar una diferencia significativa en su bienestar emocional. Al señalar que es esencial ofrecerles apoyo y espacios de contención emocional donde puedan expresar lo que sienten, ya que la ausencia de estos espacios aumenta su vulnerabilidad y dificulta el cuidado de su salud mental.

(9)

El Instituto de Neurociología y Psicopedagogía Aplicadas (INPA) menciona que la carencia de habilidades sociales puede generar un impacto significativo en el desarrollo integral de adolescentes. Uno de los efectos más frecuentes es el aislamiento social, ya que los jóvenes que presentan dificultades para comunicarse eficazmente, expresar emociones o interactuar con sus pares suelen experimentar problemas para establecer y mantener relaciones interpersonales significativas. Esta limitación en la interacción social puede derivar en sentimientos persistentes de soledad, exclusión y aislamiento, afectando negativamente su bienestar emocional y social. Además, se puede generar un bajo nivel de autoestima, ya que los adolescentes que no se sienten cómodos interactuando con los demás pueden desarrollar una imagen negativa de sí mismos. Pueden sentir que no son lo suficientemente buenos o interesantes, lo que puede afectar su confianza en sí mismos y su capacidad para tomar decisiones y enfrentar desafíos en la vida. (10)

Según el Ministerio de Salud, las habilidades sociales desarrolladas adecuadamente, se convierten en la esencia para disfrutar de una vida feliz y saludable. Una tarea importante de las

instituciones educativas es promover el ejercicio de habilidades sociales entre los estudiantes con el fin de mejorar su calidad de vida y crear un mejor ambiente escolar que promueva interacciones sociales saludables, fortalezca la empatía entre pares y amigos, y los haga inmunes a las dificultades y problemas que se presenten. Gestionar tus emociones será clave aquí. Formar las habilidades sociales de los estudiantes es de gran importancia para el aprendizaje escolar. MINSA promueve la autoafirmación, la comunicación, la autoestima y la toma de decisiones entre los jóvenes en las escuelas a través de sus diversos programas. (11)

Serna A. en su trabajo de investigación del año 2020, menciona que la deficiencia de habilidades sociales en los estudiantes adolescentes puede constituir un factor de riesgo para el desarrollo de trastorno de ansiedad. Esto es una situación normal, ya que fomenta el autoconocimiento, es fundamental para el proceso educativo, por lo que impulsa el crecimiento personal y anima a alcanzar objetivos, pero en exceso puede resultar perjudicial, afectando la efectividad y provocando problemas de salud. Uno de estos problemas es la ansiedad relacionada con la escuela a nivel mental, en la que el estudiante visualiza situaciones académicas de forma negativa, lo que le lleva a optar por huir o evitar el aula. Esta situación se denomina comportamiento de rechazo escolar, varios expertos la han relacionado con medios en el ambiente escolar y con trastornos tanto emocionales como de comportamientos. (12)

Leon M., Arbeláez A., Cuevas J., Loja D. en su trabajo de investigación del año 2024, mencionan que las habilidades sociales para la vida constituyen un conjunto de competencias psicosociales

que permiten al individuo actuar de manera competente, eficaz y adaptativa en las diversas situaciones cotidianas en las que se desenvuelve, estas habilidades posibilitan que las personas enfrenten de forma adecuada los desafíos diarios, favoreciendo la comunicación efectiva, la toma de decisiones responsables y la interacción social positiva. De manera complementaria, las habilidades sociales para la vida son destrezas psicosociales que facilitan el aprendizaje para vivir, permitiendo al individuo desarrollarse integralmente, fortalecer sus competencias, potenciar sus talentos y ampliar sus capacidades personales y sociales. (13)

La enfermera está presente en centros de salud e instituciones educativas, en donde se encuentran estratégicamente posicionados para proporcionar a la comunidad intervenciones preventivas que puedan mitigar los efectos negativos y/o nocivos para la salud del ser humano; por tal motivo, el investigador dentro de sus prácticas pre - profesionales Internado, observó que la etapa de vida del adolescente presentaba un requerimiento de atención regular, sin embargo los casos y/o consultas brindadas a los adolescentes se concluía en altos índices de problemas interpersonales, psicológicos, y familiares, en su consecuencia, 7 de cada 10 adolescentes presentaba un caso positivo a un trastorno de ansiedad según la escala de evaluación de Zung, asimismo en la entrevista se identificaba que estos casos de ansiedad se manifestaban más en la escuela; por otro lado, al continuar con el plan de atención integral, dentro de las evaluaciones de las habilidades sociales 6 de cada 10 adolescentes manifestaba problemas en el desarrollo de las habilidades sociales (autoestima, asertividad, toma de decisiones y comunicación), generando así problemas interpersonales e intrapersonales. Continuando con el

seguimiento a los adolescentes que acudieron las citas en el consultorio de etapa vida del adolescente, se llegó a identificar que la mayor prevalencia de casos de ansiedad y habilidades sociales eran del 3er grado de secundaria del colegio Gerardo Arias Copaja perteneciente a la jurisdicción del Centro de Salud San Francisco I-4.

La presente investigación es de gran relevancia para el profesional de enfermería, ya que permite fortalecer su rol en la promoción, prevención y atención integral de la salud mental de niños y adolescentes, especialmente en relación con la ansiedad y el desarrollo de habilidades sociales. El profesional de enfermería, por su cercanía permanente con el paciente y su familia, se encuentra en una posición estratégica para identificar tempranamente signos y síntomas de ansiedad, así como factores de riesgo psicosocial que pueden afectar el bienestar emocional del adolescente. (14)

Asimismo, los resultados de esta investigación brindan evidencia científica que contribuye a mejorar la práctica clínica y comunitaria de enfermería, permitiendo diseñar e implementar intervenciones preventivas y educativas orientadas al fortalecimiento de habilidades sociales, la regulación emocional y la comunicación asertiva. Estas acciones favorecen la disminución de conductas de riesgo, el mejor afrontamiento del estrés y la promoción de entornos saludables en el ámbito escolar, familiar y comunitario. (14)

En este contexto se estudió este problema, planteando la siguiente interrogante.

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación de la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Relacionar la ansiedad y habilidades sociales en estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025.

1.3.2. Objetivo Específicos

- Describir la caracterización de la población de estudio del 3er grado de secundaria.
- Identificar los niveles de ansiedad en los estudiantes del 3er grado de secundaria.
- Describir los niveles de habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria.
- Relacionar la ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria.

1.4. Justificación

Justificación teórica, la ansiedad afecta de manera significativa a los adolescentes, generando problemas en su desarrollo y desenvolvimiento en la sociedad. Investigar su influencia es fundamental para comprender y prevenir un bajo desarrollo de las habilidades sociales en esta etapa vulnerable, además, nos permitió ampliar conocimientos y servirá como una fuente de referencia para realizar otros estudios. En tal sentido, la investigación se justifica por las siguientes premisas.

Justificación metodológica, el presente trabajo de investigación empleó dos cuestionarios de recolección de datos; para la variable Ansiedad, a través de un instrumento que contiene 20 ítems con las siguientes dimensiones: Afectiva/Psicológico y Somático; y para la variable de Habilidades Sociales se utilizó un instrumento con 42 ítems, que evalúa diferentes dimensiones: comunicación, asertividad, autoestima y toma de decisiones.

Las cuales se adecuan y ajustan en función a las sugerencias emitidas por los expertos durante la validación; asimismo, se realizó una prueba piloto, obteniéndose un alfa de Cronbach de 0.838 para el primer instrumento correspondiendo a una confiabilidad buena; para el segundo instrumento se obtuvo un alfa de Cronbach de 0.862 correspondiendo a una confiabilidad aceptable, esto garantiza que puede ser utilizado para futuras investigaciones.

Justificación práctica, la presente investigación permitió dar a conocer la relación que existe entre la ansiedad y las habilidades

sociales; además, con los datos que se obtuvieron se podrá conocer de qué manera intervenir adecuadamente, identificar y fortalecer las habilidades en los adolescentes para que tengan una mejor formación. Por otro lado, junto con el establecimiento de salud perteneciente a la jurisdicción se podrá intervenir en el adolescente brindando una atención integral, lo cual tendrá un impacto positivo en su salud y bienestar.

Justificación social, esta investigación es relevante debido a la información actualizada que se obtuvo, lo cual resulta útil para la Institución Educativa y sirve de referencia para futuras investigaciones. Además, de crear conciencia no solo en nuestra población de estudio, sino también en la población en general, incluyendo a docentes, personal de salud y padres de familia.

Justificación legal, a nivel nacional se han emprendido una serie de leyes, normas técnicas, guías, etc. en beneficio de la población adolescente, dentro de ellos tenemos la “Guía de práctica clínica para el diagnóstico y tratamiento de los trastornos de ansiedad del niño y del adolescente”; tiene como objetivo establecer los criterios técnicos para la realización del diagnóstico y tratamiento de los menores con episodios de ansiedad implementando las buenas prácticas clínicas. (15)

De igual manera el “Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares”; refiere que el desarrollo adecuado de las habilidades sociales es fundamental para disfrutar una existencia plena y alegre. Los seres humanos progresivamente aprenden competencias en las interacciones sociales cotidianas. (16)

La Ley N° 30947: Ley de salud mental; tiene por objeto establecer el marco legal para garantizar el acceso a los servicios, la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación en salud mental, como condiciones para el pleno ejercicio del derecho a la salud y el bienestar de la persona, la familia y la comunidad. (17)

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis Alterna

Si existe relación significativa entre la ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna - 2025.

1.5.2. Hipótesis Nula

No existe relación entre la ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna- 2025.

1.6. Variables de estudio

1.6.1. Variable 1

Ansiedad

1.6.2. Variable 2

Habilidades sociales

1.7. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA VALORATIVA	NIVEL DE MEDICIÓN
VARIABLE 1: ANSIEDAD	Son sentimientos y/o emociones que son generados por estar presente en situaciones cotidianas o estresantes, en donde se la manifestación de diversos síntomas se hace presentes, como la preocupación, miedo excesivos y continuos, tensión muscular, taquicardia, lo cual altera de manera simultánea la percepción y cognición. (18)	Afectiva /Psicológico	<ul style="list-style-type: none"> - Miedo - Angustia - Desintegración mental - Aprehensión 	1 al 5	<p>Escala Valorativa: Ansiedad</p> <p>Nunca o Casi Nunca A veces Con bastante frecuencia Siempre o Casi siempre</p> <p>Categorización: Sin ansiedad (0 a 45 puntos) Leve (45 a 59 puntos) Moderada (60 a 74 puntos) Grave (75 a más puntos)</p>	Ordinal
		Somático	<ul style="list-style-type: none"> - Temblores - Dolores y molestias corporales - Tendencia a la fatiga y debilidad - Intranquilidad - Palpitaciones - Mareos - Desmayos - Transpiración - Parestesias - Náuseas y vómitos - Frecuencia urinaria - Bochornos - Insomnio - Pesadillas 	6 al 20		

VARIABLES	DEFINICIÓN CONEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA VALORATIVA	NIVEL DE MEDICIÓN
VARIABLE 2: HABILIDADES SOCIALES	Son comportamientos que le permite al adolescente expresar sus necesidades, inquietudes, sentimientos, emociones, deseos, opiniones, y el poder de ejercer y defender sus derechos de modo pertinente y eficazmente ante una situación determinada. (19)	Asertividad	- Actitud y/o conducta asertiva	1 al 12	Escala Valorativa: Habilidades sociales N= Nunca RV= Raras Veces AV= A veces AM= A Menudo S= Siempre Categorización Bajo (42–96 puntos) Media (97-151 puntos) Alta (152–210 puntos)	Ordinal
		Comunicación	- Escucha activa	13 al 21		
		Autoestima	- Autoevaluación - Autorreconocimiento	22 al 33		
		Toma de decisiones	- Capacidad de análisis y respuesta ante dificultades y/o problemas presentes.	34 al 42		

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del problema

Mediante la revisión de investigaciones y estudios realizados a nivel internacional, nacional y local relacionados con el problema y/o variables de estudio se encontraron los siguientes trabajos:

2.1.1 Internacionales

Aguilera N. (20) “Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes, Asunción – Paraguay, 2024”. **Objetivo:** Establecer la relación entre la funcionalidad familiar y las habilidades sociales en los adolescentes. **Metodología:** Tipo de investigación cuantitativa, no experimental, correlacional y transversal, conformado por 303 alumnos. **Resultado:** El 55% presentó un nivel medio de habilidades sociales, el 36% un nivel alto y el 9% un nivel bajo, conformado por 303 alumnos. **Conclusión:** Las correlaciones entre habilidades sociales y funcionamiento familiar ($r_s = .166$; $p = .029$) fueron positivas y baja. Es decir, estas variables aumentan o disminuyen en el mismo sentido.

Herrera J. y Albornoz J. (21) “Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de psicología clínica de la universidad del Azuay, Cuenca–Ecuador, 2022”. **Objetivo:** Relacionar la ansiedad social y habilidades. **Metodología:** Cuantitativo y el corte de la investigación fue relacional, con una muestra de 209 participantes. **Resultados:** Los niveles de ansiedad presentes en el 29% en un rango de moderado y severo, y el 71% de

ansiedad leve. En cuanto a las habilidades sociales más usadas se encontraron: expresar sentimientos positivos y pedir disculpas, mientras que las menos frecuentes fueron: afrontar situaciones de hacer el ridículo e interactuar con personas que me atraen. **Conclusión:** A mayores habilidades sociales menor ansiedad social.

Anahí C., Tolaba L., Vaca D. (22) “*Habilidades sociales y su relación con los estados emocionales en estudiantes universitarios jujeños, Argentina – 2023*”. **Objetivo:** Analizar la relación que existe entre bienestar psicológico y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios. **Metodología:** Cuantitativa, siguiendo un diseño relacional. Se trabajó con un total de 75 estudiantes **Resultados:** Existe una fuerte relación entre la sintomatología ansiosa y/o depresiva, el bajo bienestar psicológico y habilidades sociales poco desarrolladas, en las mujeres. En el caso de los varones, mostraban una tendencia similar, la relación entre las variables no resultó significativa. **Conclusiones:** El desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes universitarios podría llevarlos a mejorar sus estados emocionales.

2.1.2 Nacionales

Villar F. (23), “*Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de villa el Salvador, 2022*”. **Objetivo:** encontrar la relación que existe entre ansiedad social y las habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa. **Metodología:** Descriptivo-correlacional y el diseño no experimental, se aplicó en 350 estudiantes, se aplicaron dos instrumentos: Escala de ansiedad

social Mattick y Clarke y Escala de Habilidades sociales de Elena Gismero (EHS). **Resultados:** Los alumnos presentaban un nivel moderado de ansiedad social (37%) y dificultades interpersonales (42%). **Conclusión:** Se reconoció la existencia de relación positiva y altamente significativa entre el total de ansiedad social y el total de habilidades sociales.

Oyarce R. (24), *“Programa de habilidades sociales para disminuir la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Chachapoyas, 2023”* **Objetivo:** Implementar un programa de habilidades sociales diseñado para reducir los niveles de ansiedad en adolescentes. **Metodología:** Con un enfoque aplicativo, cuantitativo y descriptivo, de diseño pre experimental y longitudinal, se trabajó con 30 adolescentes, se utilizó la prueba de ansiedad de Zung y un programa de desarrollo de habilidades sociales de intervención con 10 sesiones. **Resultado:** En el pre test el 93,3% de los estudiantes presentaron ansiedad moderada y en el post test el 96,6% presentó ansiedad normal. **Conclusión:** Se identificó la eficacia del programa de habilidades sociales en la disminución de la ansiedad, evidenciando una mejoría significativa en el estado emocional.

Morales A. (25) *“Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa en el distrito de Comas - Lima, 2022”* **Objetivo:** Determinar la relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de secundaria. **Metodología:** Cuantitativo, tipo básico, no experimental y transversal. Se contó con una muestra de 80 estudiantes. Los instrumentos usados fueron los cuestionarios, tanto para la ansiedad como para las habilidades sociales.

Resultado: Se evidencio la relación entre las variables. La ansiedad alcanzó un 68,8% siendo un nivel medio y las habilidades sociales un 57,7% representando un nivel medio. **Conclusión:** Relación negativa entre la ansiedad y las habilidades sociales, Identificando que, a un menor nivel de ansiedad, se obtendrá un nivel alto de habilidades sociales.

Guillen N., (26) “Descripción de habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa pública, Ayacucho 2025”. **Objetivo:** Describir las habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa pública. **Metodología:** Observacional, de nivel descriptivo con un corte transversal y de un diseño epidemiológico. **Resultado:** Niveles bajos de 38,75% en habilidades sociales, componente conductual un nivel bajo de 47,5% y el componente cognitivo un 37,5% en nivel bajo, lo que evidencia la carencia de programas de apoyo para reforzar estas habilidades sociales. **Conclusión:** Este resultado demuestra la importancia de implementar estrategias de apoyo para reforzar las habilidades sociales tanto pedagógicas como psicoeducativas enfocadas en fortalecerlas para una mejor convivencia de los estudiantes.

Meza J., (27) “Autoestima y ansiedad en adolescentes de una institución educativa, Huaraz, 2025”. **Objetivo:** Determinar la relación entre la autoestima y la ansiedad en adolescentes de una institución educativa, Huaraz, 2025. **Metodología:** Tipo cuantitativo, nivel correlacional y de diseño no experimental de corte transversal, con una muestra de 203 estudiantes. **Resultado:** El 49,8% tiene una autoestima de nivel media, y el 53,7% tiene ansiedad media. **Conclusión:** Existe relación estadísticamente significativa de tipo inversa y de grado media,

esto significa que a medida que la población de estudio tiene valores elevados de autoestima, mejor será la posibilidad de no tener ansiedad.

2.1.3 Regionales

Contreras N. (28) *“Regulación emocional cognitiva y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de la institución educativa n°42044 “Alfonso Ugarte, Los palos - Tacna 2021”*. **Objetivo:** Determinar la relación entre regulación emocional cognitiva y habilidades sociales. **Metodología:** Correlacional, de tipo básica o pura con un diseño no experimental y de corte transversal. La muestra está conformada por 192 estudiantes. **Resultado:** Existe relación entre la regulación emocional cognitiva y habilidades sociales. **Conclusión:** A mayor uso de estrategias adaptativas mayor nivel en los componentes cognitivo y conductual de habilidades sociales.

Ale G. (29) *“Uso de redes sociales y ansiedad en adolescentes de la Institución Educativa Modesto Molina, Tacna 2024”*. **Objetivo:** Determinar el uso de redes sociales y ansiedad. **Metodología:** Cuantitativo de tipo correlacional, de diseño no experimental y método deductivo. **Resultados:** Se determinó que el 62,7% de los adolescentes tiene un nivel medio de ansiedad, por otro lado, el 56,4% tiene un nivel medio de redes sociales, lo que indica que más de la mitad de los adolescentes utiliza las redes sociales de forma regular. **Conclusión:** Existe una relación positiva y significativa entre el uso de redes sociales

y la ansiedad en los estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Modesto Molina, Tacna.

Vargas Y. (30) “Violencia intrafamiliar y las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna – 2024 “. **Objetivo:** Determinar la relación entre la violencia intrafamiliar y las habilidades sociales. **Metodología:** Cuantitativo, tipo de investigación correlacional, método analítico y deductivo, con una muestra de 105 estudiantes, con muestreo no probabilístico por conveniencia. **Resultado:** Se obtuvo que el 70,5% presentó un nivel Bajo de violencia intrafamiliar, el 27,6% un nivel Medio y solo el 1,9% presento un nivel Alto. En cuanto a las habilidades sociales se obtuvo que el 81,9% presento un nivel Medio de habilidades sociales, un 17,1% nivel Bajo y solo el 1% presento un nivel Alto. **Conclusión:** No existe una relación estadísticamente significativa entre violencia intrafamiliar y habilidades sociales.

Carrillo S., (31) “Habilidades sociales y conducta phubbing en estudiantes de secundaria de la I.E. N.º 42021 Fortunato Zora Carvajal, Tacna 2023” **Objetivo:** Determinar la relación entre el nivel de habilidades sociales y conducta phubbing en los estudiantes de secundaria de la I.E. Fortunato Zora Carvajal, Tacna 2023. **Metodología:** Se utilizó un estudio de enfoque cuantitativo, correlacional causal, diseño no experimental, según profundidad descriptivo. **Resultado:** Se halló que el nivel de habilidades sociales fue regular con un 59,7%, según dimensión, comunicación con un 49,3% regular, y el nivel phubbing un nivel alto 42,3%. **Conclusión:** Se identifico que existe una relación significativa entre el nivel de habilidades sociales y conducta de phubbing en los estudiantes del nivel secundario.

Chambilla A., (32) “Ansiedad e indicadores de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de la I. E. Enrique Paillardelle Tacna, durante el confinamiento del año 2021”
Objetivo: Conocer los niveles de ansiedad y asociación a los indicadores de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de la I. E. Enrique Paillardelle Tacna. **Metodología:** Estudio observacional transversal. **Resultado:** El 68,2% presentaba un rasgo de ansiedad en un nivel medio y el 66,5% un estado de ansiedad nivel medio. La dimensión más comprometida en la medición del nivel de ansiedad es los estados de ansiedad. **Conclusión:** Se pudo observar una asociación estadísticamente significativa en las dimensiones de control personal (p:0.001) y “uso de redes” (p:0.012) según estado de ansiedad.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Modelo de sistemas de Betty Neuman

El modelo de Sistemas de Betty Neuman, desarrollada en 1970, constituye uno de los modelos conceptuales más influyentes en la disciplina de enfermería. Su enfoque se basa en comprender al individuo como un sistema abierto, en constante interacción con múltiples entornos y susceptible a la influencia de estresores que pueden alterar su estado de equilibrio. Para Neuman, el papel del profesional de enfermería consiste en prevenir, reducir o manejar dichos estresores, con el fin de mantener o recuperar la estabilidad del sistema. (33)

Desde esta perspectiva, la persona se concibe como un sistema holístico integrado por componentes fisiológicos, psicológicos, socioculturales, espirituales y de desarrollo. Cada uno de estos

elementos interactúa continuamente, por lo que el desequilibrio en uno de ellos puede impactar a los demás. La teoría enfatiza la noción de prevención, entendida como proceso fundamental para proteger la estabilidad del sistema humano frente a estímulos internos y externos. (33)

El adolescente como un sistema abierto en constante cambio

La adolescencia es una etapa del desarrollo que se extiende aproximadamente entre los 12 y 17 años. Desde el enfoque de Neuman, el adolescente representa un sistema particularmente vulnerable debido a los profundos cambios biológicos, cognitivos, emocionales y sociales que caracterizan esta etapa. Estos cambios pueden alterar la estabilidad del sistema y aumentar la susceptibilidad ante factores estresores. (34)

En este periodo se producen modificaciones que incluyen:

- Transformaciones corporales y hormonales.
- Búsqueda de identidad y afirmación personal.
- Mayor necesidad de interacción social y aceptación del grupo de pares.
- Construcción de autonomía y toma de decisiones.
- Mayor sensibilidad emocional y reactividad al estrés.

Estas características sitúan al adolescente en una condición de alta exposición a estresores intrapersonales, interpersonales y extrapersonales, los cuales pueden desencadenar respuestas adaptativas ineficaces, tales como la ansiedad o dificultades en sus habilidades sociales. (34)

Sienta sus bases en la teoría de sistemas, muestra a las personas como sistemas abiertos y la interacción que existe entre ellos con el entorno, aquí Betty Neuman incorpora creencias propias y su experiencia, especialmente en el campo de salud mental.

A. Líneas de protección:

- Línea de resistencia

Son aquellos que ayudan al cliente de cuidarse de algún factor estresante y actúan frente a la presencia de estos elementos.

- Línea normal de defensa

Dura más en el tiempo y es una zona de equilibrio del individuo y sistema.

- Línea flexible de defensa

Cambia en un periodo corto de tiempo e impide el paso de elementos estresantes. (35)

B. Niveles de prevención:

- Nivel primario

Actúa protegiendo al organismo antes de que entre en contacto con un elemento estresante peligroso. Esta prevención implica la reducción de la probabilidad de encontrarse con este elemento estresante o se fortalece la reacción del organismo para disminuir la reacción del elemento estresante. Las prevenciones secundaria y terciaria son posteriores a la aparición del elemento estresante.

- Nivel secundario

Intenta disminuir el efecto o el posible efecto de los factores estresantes a través del diagnóstico precoz y de un tratamiento eficiente de los síntomas de la enfermedad. Neuman lo describe como el fortalecimiento de las líneas internas de resistencia

- Nivel terciario

Intenta reducir los efectos residuales del elemento estresante y devolver al cliente el bienestar después del tratamiento.

C. Reconstitución

Está constituido por la asimilación de componentes estresantes en distintos niveles de entornos, puede tener diferentes rangos de influencia como sobrepasar o mantenerse en menor forma de la línea normal de defensa de la persona en cuestión.

Aquí se denota la presencia de factores inter e intrapersonales que van a estar sumamente ligados con el cliente ya que son dimensiones de este como el área fisiológica, psicológica, social, cultural, etc.

D. Metaparadigmas de la Teoría

- Persona

Para el modelo de Neumann la persona puede determinarse como un ser individual, familia, grupo, una comunidad o incluso una cuestión social que nos hace analizar una situación. Se le considera a la

persona como un cliente activo que va estar en constante intercambio entre sus factores como problemas de la salud, pensamientos negativos, determinantes sociales, con quienes se relaciona, con quienes vive que normalmente es la familia es por eso que dice Neumann que su modelo es un sistema abierto ya que la persona va a interactuar de forma simbiótica con su entorno no solo siento este afectado, sino que dejará su marca en el entorno.

- Enfermería

Neumann considera que la disciplina de enfermería tiene como pilar fundamental la responsabilidad el cuidado de la persona de una forma holística abarcando todo.

Esta es una profesión única que se enfocar por completo en observar a las personas frente a esos factores estresantes, los cuales pueden aparecer en diversas esferas de la vida y que en el futuro facilitarán la recuperación del individuo, la familia, el grupo o la comunidad.

Por todo ello Neuman resalta el accionar del cuidador /cliente para lo cual se dan los algunos pasos del proceso enfermero como la valoración e intervención que será un medio por el cual el cuidado de la persona se dé una manera más sencilla.

- Salud

Conceptualiza a la salud como una acción continua del bienestar a la enfermedad que es cambiante por ende puede ser modificado las veces necesarias.

Se puede decir que la seguridad y el equilibrio son señales de que las faltas de la persona en distintas áreas han sido cubiertas por ello se menciona que hay una sinergia constante en la persona y que se da en distintos niveles este puede determinar que la persona esté en una etapa de bienestar o enfermedad según sea el caso.

- Entorno

Según Betty Neuman las bases de su modelo están en el ambiente y el individuo, la manera en la que se influyen mutuamente de forma activa, de manera que uno puede impactar al otro de manera positiva o negativa y al revés, es así que se dice que mantienen una conexión recíproca ya que están los factores tanto de afuera de la persona como los de adentro influyendo en el entorno y estos cobran relevancia para la definición de entorno ya que los mencionados son los capaces de alterarlo.

Dentro del modelo de sistemas podemos visualizar tipos:

- Externo y creado: Es el área interpersonal y todas sus interacciones que se dan dentro del cliente como mostrar habilidades sociales, interactuar con los demás, etc.
- Interno: Es el área intrapersonal y todas sus interacciones que se dan en el cliente como los pensamientos que se dan dentro de uno mismo para la toma de decisiones.

- Externo: Puede ser tanto intra como interpersonal e incluye a todas sus interacciones y se dan afuera de la persona como las relaciones o pensamientos de las personas hacia el cliente.
- Creado: Se da sin que nos demos cuenta su función principal es auto protectora ya que el sistema es cambiante con distintos factores afectándose entre si la persona busca inconscientemente una forma cuidarse del entorno cambiándose a sí misma o la situación actual. (36)

El modelo también establece la existencia de líneas de defensa flexible y normal y líneas de resistencia. Las habilidades sociales del adolescente (asertividad, comunicación, autoestima, toma de decisiones) forman parte de estas líneas de resistencia y funcionan como mecanismos protectores frente a los estresores. Cuando dichas habilidades son deficientes, el joven se vuelve más vulnerable al desarrollo de ansiedad. (37)

La ansiedad es vista desde el modelo como una reacción a la ruptura de las líneas de defensa, manifestándose de forma afectiva o somática. Por ello, el modelo enfatiza el rol preventivo de la enfermería mediante intervenciones primarias, secundarias y terciarias: promoción de habilidades sociales, detección temprana de problemas emocionales y apoyo para la reconstitución del equilibrio del adolescente.

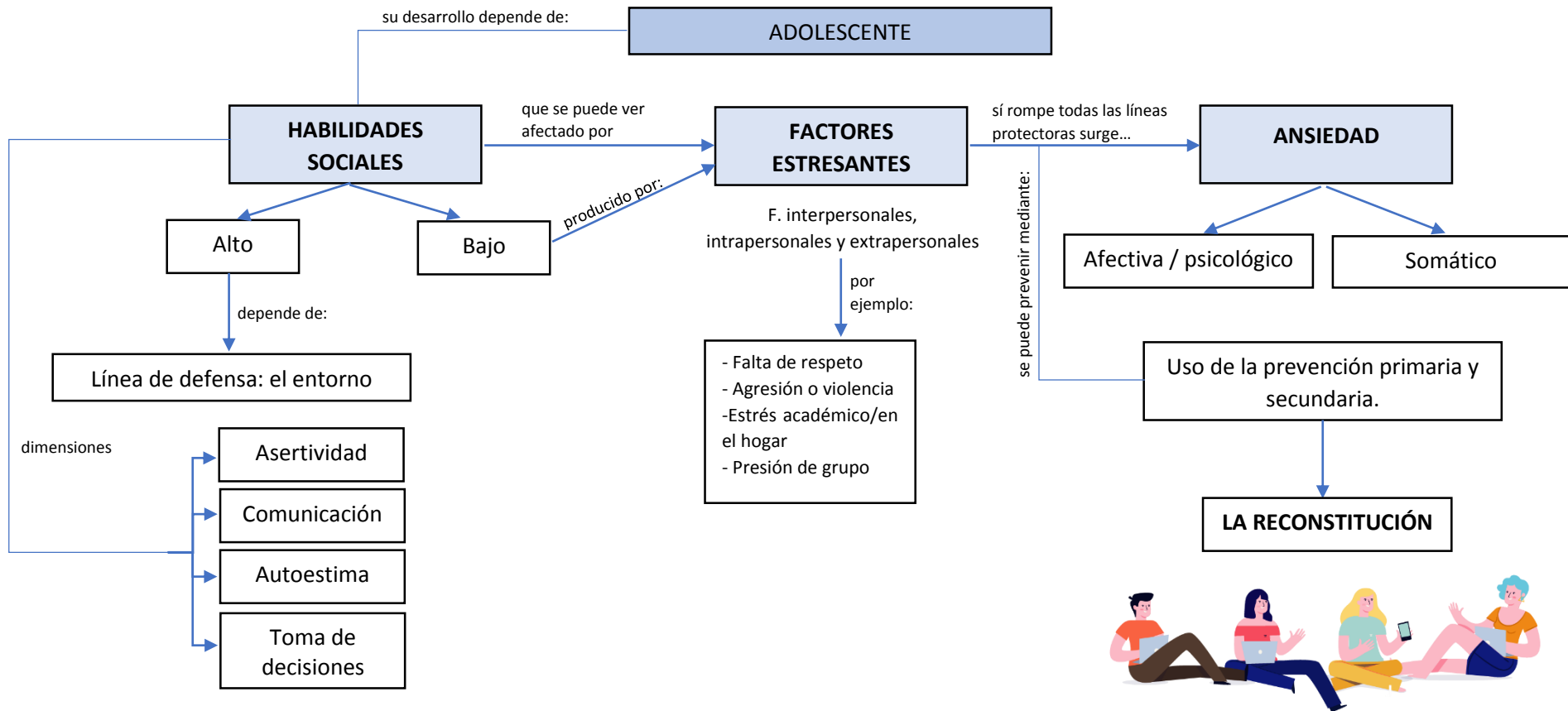
Este enfoque integral permite comprender cómo los factores estresores del entorno escolar pueden influir en la salud mental del adolescente y cómo el fortalecimiento de sus habilidades

sociales constituye una estrategia clave para reducir el impacto de la ansiedad y favorecer su adecuado desarrollo psicosocial.

(37)

2.2.2 Mapa conceptual de la Teoría elegida

MODELO DE SISTEMAS RELACIONADO CON ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA - 2025



Elaborado por: Torres A. basado en Neumann B. 2025

2.2.3 Descripción del mapa conceptual del modelo de sistemas de Betty Neuman.

Dentro del mapa conceptual elaborado en base a las variables “Ansiedad y habilidades sociales” y la teoría del modelo de sistemas de Betty Neuman, se explica lo siguiente:

En la etapa de vida del adolescente encontraremos 3 puntos muy importantes, las habilidades sociales, factores estresantes y la ansiedad, los cuales determinaran de manera significativa en el desarrollo intrapersonal, interpersonal y extrapersonal del adolescente.

Dentro de la etapa de vida de los adolescentes, su desarrollo personal dependerá mucho de como trabaje sus habilidades sociales de manera intrapersonal, en donde el adolescente tendrá el nivel alto y bajo, estando en el nivel alto, el adolescente podrá crear una línea de defensa contra su entorno y los diversos factores que puedan alterar su bienestar, dentro de este nivel encontraremos un fortalecimiento y manejo adecuado de la Asertividad, la Comunicación, la Autoestima y la Toma de decisiones, generando aspectos positivos en la salud y bienestar del adolescente. Sin embargo, el nivel bajo de habilidades sociales puede generar problemas que comprometan la salud y bienestar, ya que los factores estresantes como la falta de respeto, agresión o violencia física, psicológica, social, económica, estrés académico y/o en el hogar y la presión de grupo, influirán significativamente el comportamiento del adolescente.

Por lo tanto, si se rompen todas las líneas protectoras y el adolescente no cumple con los criterios de habilidades sociales

alto, será propenso a sufrir de "ansiedad" la cual se clasificará en Afectiva / psicológica y Somático, generando riesgos en el adolescente tanto la parte psicológica y física.

Por otro lado, si usamos la prevención primaria y secundaria, entraríamos a un proceso de reconstitución, en donde mitigaremos los daños y/o complicaciones manifestadas por los factores estresantes y la ansiedad. A través de un trabajo y/o reforzamiento en las habilidades sociales generaremos un bienestar prolongado en la salud del adolescente.

2.3 Variables de estudio

2.3.1 Ansiedad

Cuando se menciona la palabra ansiedad, sin duda alguna es un tema. Foco para la discusión en salud mental, no sólo inclusión superficialmente en una categoría simple o definida, igualmente lo cierto es que el hombre siempre está cambiando. "La palabra ansiedad tiene una larga historia de asociación con la palabra latina "anxietas", pero también tiene un origen indoeuropeo, "ango", que significa angustia. Estas dos expresiones son términos que nos dicen que expresa la cualidad de aquello que es susceptible a varias interpretaciones tal como lo relataron en un momento Cicerón o Virgilio: así la expresión muestra o causa la ambivalencia". (38)

Estas palabras son tratadas de manera diferente llegando hacer un relato en el tiempo se va formando una historia y estas palabras tienen diversos significados, tal como consta la evidencia que dejó algunos personajes como: Cicerón o Virgilio: estas expresiones son; contracciones, dolor,

puede agravarse y convertirse en un estado emocional permanente. Por otro lado, la ansiedad se asocia además con problemas de abuso de sustancias y con el desarrollo de la depresión. (41)

Dimensiones de la Ansiedad

Para este estudio se considera como dimensiones los siguientes aspectos:

Síntomas:

Los síntomas de la ansiedad pueden manifestarse de diversas formas y afectar tanto el cuerpo como la mente. En muchas ocasiones, quienes la padecen no identifican estos signos como un problema de salud mental, sino que los atribuyen al estrés o a enfermedades físicas. Es importante conocer y comprender cada uno de estos síntomas para poder abordarlos de manera adecuada. (42)

Síntomas afectiva/psicológicos

Los síntomas afectivos o psicológicos de la ansiedad hacen referencia al conjunto de manifestaciones emocionales y cognitivas que experimenta una persona ante la percepción de una amenaza real o imaginaria. (43)

- Miedo: Preocupación, aprensión, sensación de agobio, temor a perder el control, sensación de muerte inminente.
- Angustia: Sensación intensa de malestar, miedo o pánico, a menudo sin una causa clara, que se

siente profundamente en el cuerpo (opresión en el pecho, nudo en la garganta). (44)

- Desintegración mental: Se caracteriza por una sensación persistente o repetitiva de separación del propio cuerpo o de los propios procesos mentales, como un observador externo de la vida (despersonalización) y/o como sentirse totalmente desconectado del entorno que le rodea a uno (desrealización). (45)
- Apreensión: Irritabilidad, desasosiego, inquietud, conductas de evitación de determinadas situaciones, inhibición psicomotora, obsesiones o compulsiones. (45)

Síntomas somáticos

Se refieren a las manifestaciones físicas que acompañan a la respuesta ansiosa del organismo ante una amenaza real o percibida. Estos síntomas son el resultado de la activación del sistema nervioso autónomo, especialmente del sistema simpático, que prepara al cuerpo para responder ante situaciones de peligro mediante la reacción de “lucha o huida”. (46)

Indicadores de la ansiedad:

- Temblores: Son sacudidas o vibraciones involuntarias en manos, piernas o cuerpo, causadas por la activación del sistema nervioso simpático (respuesta de lucha o huida) ante una amenaza percibida (real o imaginaria). (47)

- **Dolores y molestias corporales:** Son respuestas físicas a la respuesta de "lucha o huida" del cuerpo, manifestándose como tensión muscular (cuello, hombros, espalda, mandíbula) que causa rigidez y dolores.
- **Tendencia a la fatiga y debilidad:** Es un síntoma común donde el cuerpo se siente agotado y sin fuerzas debido a la sobre activación del sistema nervioso por el estrés. (48)
- **Intranquilidad:** Es la sensación persistente de nerviosismo, inquietud o desasosiego, un estado de alerta exagerado.
- **Palpitaciones:** Percepción desagradable de los latidos del corazón, que se sienten acelerados, fuertes, irregulares o como si "saltaran" un latido.
- **Mareos:** Sensación de inestabilidad, aturdimiento o desequilibrio que ocurre debido a una respuesta fisiológica al estrés o miedo.
- **Desmayos:** Es la pérdida temporal de conciencia por una reacción exagerada del sistema nervioso ante el estrés o pánico.
- **Transpiración:** Respuesta fisiológica del cuerpo a emociones intensas como miedo, estrés o vergüenza, donde el sistema nervioso simpático activa las glándulas sudoríparas para liberar sudor.
- **Parestesias:** Sensaciones anormales (hormigueo, pinchazos, ardor, entumecimiento) que aparecen sin un estímulo físico, causadas por el estrés y la activación nerviosa del cuerpo.

- **Náuseas y vómitos:** Son una respuesta física al estrés o miedo intenso, donde el cerebro activa la respuesta de "lucha o huida", liberando hormonas que afectan el sistema digestivo, causando malestar estomacal, ganas de vomitar, y a veces vómitos (49)
- **Frecuencia urinaria:** Necesidad de orinar muy a menudo, incluso cuando la vejiga está casi vacía.
- **Bochornos:** Son sofocos repentinos, una sensación intensa de calor que sube por el pecho, cuello y rostro, acompañada de enrojecimiento y sudoración, provocada por la activación de la respuesta de "lucha o huida" del cuerpo.
- **Insomnio:** Dificultad persistente para conciliar o mantener el sueño, causada por la hiperactivación mental y física generada por preocupaciones, miedos o estrés.
- **Pesadillas:** Son sueños aterradores y angustiantes que provocan miedo, angustia o terror intenso, y a menudo resultan en un despertar abrupto con sensación de ansiedad. (50)

Valoración de la ansiedad según su categoría

Según los resultados obtenidos en la valoración de la ansiedad, se sub divide en categorías, siendo las siguientes:

Sin ansiedad: Nos indica que no hay presencia de algún tipo de signo y síntoma de ansiedad.

Leve: Nos indica que hay una situación de alerta y su campo de percepción aumenta. Este tipo de ansiedad puede propiciar el aprendizaje y la creatividad. (51)

Moderada: Indica que la persona se centra sólo en las preocupaciones inmediatas. Esto implica una disminución del campo de percepción. La persona bloquea determinadas áreas, pero puede reconducirse si se centra en ello. (51)

Grave: La persona tiene una reducción significativa del campo perceptivo. La persona puede centrarse en detalles específicos, sin poder pensar nada más. La conducta se centra en aliviar la ansiedad. (51)

2.3.2 Habilidades sociales

Son un conjunto de conductas aprendidas que nos ayudan a obtener más fácilmente refuerzo en situaciones interactivas. Describe la utilidad de un conjunto de comportamientos. Según diversos autores, los signos de cooperación aparecen en una persona a partir de los cinco años, cuando ya ha aprendido conductas prosociales, por ejemplo: ayudar o compartir, hacer pequeñas cosas por otros niños, ayudar a un amigo cuando tiene problemas, ayudar a los demás, participar en actividades y jugar con otros niños, y ser amigable con adultos conocidos. (52)

Por su parte, Kelly J. (1992) en su libro “Entrenamiento de las habilidades sociales” define el término como aquellos comportamientos adquiridos que las personas utilizan en interacciones sociales para conseguir o conservar recompensas del entorno.

Por tal motivo, las habilidades sociales pueden considerarse como medios o caminos hacia las metas de una persona. (53)

Según Alberti Emmons, las habilidades sociales son comportamientos que permiten a una persona actuar de acuerdo con sus prioridades, protegerse sin ansiedad indebida, expresar sentimientos de respeto y practicar sus derechos personales e intrapersonales, sin negar ni invalidar los derechos de las demás personas. (54)

Caballo V. (2005) define las habilidades sociales como una agrupación de comportamientos que permiten a las personas desarrollarse en un contexto individual o interpersonal, logrando manifestar emociones, actitudes, deseos, opiniones y derechos de una manera efectiva. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas y disminuyen problemas futuros. (55)

Dimensiones de las habilidades sociales

Asertividad

Se expresa cuando una persona reacciona en el plano verbal, emocional y conductual de una manera no conflictiva mostrando una conducta asertiva.

- Actitud y/o conducta asertiva: Es una habilidad social clave que permite expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de forma directa, honesta y respetuosa, defendiendo los propios derechos. (56)

Comunicación

Capacidad que desarrolla la persona para relacionarse de manera eficaz con otros individuos con los que entabla relaciones interpersonales, dejándose entender y comprendiendo lo que los demás manifiestan, es decir, poniendo en práctica la escucha activa que es fundamental para el desarrollo social de los adolescentes.

- Escucha activa: Es la práctica de prestar atención plena y con interés genuino al mensaje de otra persona, no solo a sus palabras, sino también a sus emociones y comunicación no verbal. (57)

Autoestima

Capacidad de percibirse de manera oportuna y adecuada dentro de un contexto determinado, a esto se le suma la autovaloración y el autoconocimiento que tiene la persona con la capacidad de estimarse y quererse para afrontar una serie de retos en la vida cotidiana y en las diferentes realidades en el que la persona se desarrolla.

- Autoevaluación: Es el proceso introspectivo y reflexivo donde una persona analiza y mide su propia capacidad para interactuar efectivamente con otros, identificando sus fortalezas y debilidades en comunicación, empatía, asertividad y manejo de conflictos. (58)
- Autorreconocimiento: Es la capacidad fundamental de identificar, comprender y aceptar nuestras propias emociones, pensamientos, fortalezas, debilidades, valores

y comportamientos, y cómo estos influyen en nuestras interacciones con los demás y en el mundo. (59)

Toma de decisiones

Es la capacidad de análisis y respuesta ante alguna dificultad o problema, decidiendo por una o varias opciones, descartando algunas de las posibilidades, oportunidades o alternativas que en algún momento fueron posibles de ser tomados en cuenta. (60)

- Capacidad de análisis y respuesta ante dificultades y/o problemas presentes: Se define como la competencia para identificar, evaluar y resolver situaciones sociales complejas de manera efectiva y respetuosa, aplicando estrategias como la asertividad, la negociación y la empatía para expresar necesidades. (61)

Valoración de las habilidades sociales según su categoría

Según los resultados obtenidos en la valoración de las habilidades sociales, se sub divide en categorías, siendo las siguientes:

Baja: Implica la falta de destrezas para poder interactuar de forma adecuada y que resulte beneficioso con otros, teniendo problemas alguna dimensión de las habilidades sociales (Autoestima, Asertividad, Tomada de cisiones y Comunicación).

Media: Significa que se puede relacionar con las demás personas que estén en su entorno de manera funcional, pero es

probable que tenga un poco de dificultades en situaciones complejas. (62)

Alta: Significa tener la capacidad de poder interactuar de manera afectiva y satisfactoria con las personas que estén en su entorno. Esto incluye comunicarse claramente, escuchar activamente, ser empático, comprender y gestionar emociones propias y ajenas, y resolver conflictos de forma positiva. (63)

Rol del profesional de enfermería frente al adolescente

El rol del profesional de enfermería en la atención al escolar y adolescente es esencial, ya que permite intervenir tempranamente en factores de riesgo, fortalecer factores protectores y promover un desarrollo integral saludable. De esta manera, enfermería contribuye no solo al bienestar actual del escolar y adolescente, sino también a la prevención de problemas de salud en la vida adulta, en concordancia con las políticas y lineamientos del MINSA. (64)

De manera transversal, el MINSA reconoce que el profesional de enfermería debe:

- Aplicar el enfoque preventivo–promocional y de salud comunitaria.
- Fortalecer la educación sanitaria y la participación activa del escolar y adolescente en el cuidado de su salud.
- Trabajar de forma intersectorial, articulando acciones con instituciones educativas, familia y comunidad.
- Contribuir a la reducción de brechas en salud mental, especialmente en la detección temprana de ansiedad y otros problemas emocionales.

El rol del profesional de enfermería en la atención del adolescente comprende:

- Brindar atención integral, diferenciada y confidencial, respetando los derechos del adolescente.
- Promover la salud mental, identificando factores de riesgo como ansiedad, estrés, depresión o problemas familiares y sociales.
- Realizar consejería en salud sexual y reproductiva, prevención de conductas de riesgo y fortalecimiento de la autoestima.
- Desarrollar habilidades para la vida, como la comunicación, la toma de decisiones, la resolución de conflictos y el manejo de emociones.
- Detectar tempranamente signos de trastornos emocionales o conductuales y coordinar la referencia a servicios especializados cuando sea necesario.
- En esta etapa, la enfermería cumple un rol clave como agente de apoyo emocional, orientación y acompañamiento, favoreciendo el desarrollo saludable del adolescente. (65)

2.4 Definición conceptual de Término Básicos

2.4.1 Ansiedad

Asociación Americana de Psiquiatría (2014), indica que la ansiedad es una reacción previa ante un evento que esta por suceder, y se distingue del miedo porque la persona tiende a escapar o huir. Por otro lado, la ansiedad se vincula con respuestas fisiológicas como la tensión en los músculos y el comportamiento evasivo frente a situaciones que pueden ocurrir.

Cabe destacar que, la ansiedad puede ser normal en situaciones estresantes, como hablar en público o realizar una prueba. Sin embargo, también es un indicador de una enfermedad subyacente cuando los sentimientos se vuelven excesivos, en todo momento e interfieren con la vida cotidiana. (66)

2.4.2 Habilidades sociales

Conjunto de comportamientos y actitudes que son aprendidos en el proceso del desarrollo humano, social, familiar, y educativo, lo cual nos facilitan la comunicación en situaciones de interacción social. Según diversos autores, una persona desde niño empieza a crear conceptos a base de sus experiencias vividas en la familia, y en el ambiente social (jardín, amigos, vecinos, etc.), a los cinco años tiene indicios de cooperación, ya que ha adquirido conductas pro sociales tales como: ayudar o compartir en las actividades que esté realizando o pueda estar observando, hacer pequeños favores a otros niños, ayudar a un amigo cuando está en dificultades ya que su proceso cognitivo empieza a desarrollarse, su pensamiento racional relaciona el hecho de las dificultades con la ayuda que se puede brindar en apoyo de la resolución de la dificultad y/o problema, ayudar a otros niños en actividades y juegos y es amable con los adultos conocidos. (67)

2.4.3 Adolescencia

La adolescencia es el periodo vital que transcurre entre la niñez y la adultez, abarcando aproximadamente de los 12 hasta los 17 años. Esta fase es una etapa única del desarrollo humano y es crucial para establecer las bases de una salud óptima.

Durante esta etapa los adolescentes atraviesan un veloz crecimiento en lo físico, mental y social. Esto afecta sus emociones, pensamientos, elecciones y la manera en la que se relacionan con su entorno. (68)

2.4.4 Estudiantes

Un estudiante es una persona dedicada a aprender, ya sea formalmente en una institución educativa o de manera autónoma, siendo un sujeto activo en la construcción de su conocimiento, no solo un receptor pasivo, según perspectivas de autores como Vygotsky y Freire, quienes enfatizan su rol central y la necesidad de autoaprendizaje y reflexión. (69)

Vygotsky: El estudiante es un constructor activo de su propio conocimiento, poseyendo un nivel previo que guía sus acciones y actitudes, animándose a descubrir por sí mismo. (70)

Paulo Freire: El estudiante es el motor y centro del proceso educativo, dando vida a la enseñanza y siendo facilitado por el educador en una acción conjunta y transformadora. (71)

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque de la investigación

El trabajo de investigación reúne las condiciones metodológicas de una investigación con un enfoque cuantitativo, puesto que usa la recolección de datos para probar las hipótesis establecidas previamente, con base en la medición numérica y el análisis estadístico. (72)

3.2 Tipo de investigación

Según las características del autor Hernández S. en el 2024, es de tipo descriptivo porque las variables se presentan tal cual a la realidad. Según su profundidad es descriptiva correlacional, debido que busca la relación que existe entre la ansiedad y las habilidades sociales. Es de corte transversal, porque se analizó los datos obtenidos de las variables recopiladas en el tiempo designado a la población correspondiente y, es de carácter no experimental debido a que no se manipuló las variables de estudio. (72)

3.3 Método de investigación

El método es deductivo – inductivo para desarrollarse con normalidad, partiendo de lo general a lo particular, y llegando a una conclusión final.

3.4 Población

La población de estudio estuvo constituida por estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna, 2025; los cuales están divididos en tres secciones, 3ero A, B y C, con una cantidad de 105 estudiantes.

3.4.1 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes de la I.E. Gerardo Arias Copaja matriculados en el año 2025 que cursen el 3er grado de secundaria de las secciones “A, B y C”.
- Estudiantes que deseen participar en el estudio.
- Estudiantes que estén presentes el día de la aplicación del instrumento.
- Padres que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes no matriculados en la I.E. Gerardo Arias Copaja en el año 2025.
- Estudiantes de I.E. Gerardo Arias Copaja que no deseen participar en la recopilación de información.
- Padres que no firmen el consentimiento informado.

3.5 Muestra

3.5.1 Tamaño de la muestra

No hubo muestra, ya que se trabajó con toda la población.

La elección de esta población se sustentó en la evidencia observada en el consultorio de Salud del Escolar y Adolescente del Centro de Salud San Francisco, donde se identificó que los estudiantes de tercer grado eran quienes con mayor frecuencia presentaban cuadros de ansiedad y alteraciones en sus habilidades sociales, en comparación con otros niveles educativos. Esta situación justificó la selección de dicho grupo, al constituir una población especialmente vulnerable y relevante para el análisis de la relación entre ansiedad y habilidades sociales.

3.5.2 Muestreo o selección de la muestra

El tipo de muestreo es no probabilístico por conveniencia, Hernández (72), en este trabajo se considera por que se trabaja con los estudiantes del 3er grado de secundaria de la I.E. Gerardo Arias Copaja, considerando los criterios de inclusión y exclusión.

3.6 Unidad de Análisis

La unidad de análisis estuvo compuesta por los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna, 2025.

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica:

La técnica que se utilizó para la recolección de datos en el presente estudio es la encuesta, la cual permitirá medir el nivel de ansiedad y habilidades sociales que presentan los sujetos de estudio.

Instrumento:

El instrumento que se utilizó para la primera variable fue el cuestionario de ansiedad de Zung.

Instrumento N° 1

CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ZUNG

El presente instrumento está basado en una escala de Likert debido a que se divide en 4 escalas: “Nunca o casi nunca”, “A veces”, “Con bastante frecuencia”, “Siempre o casi siempre”. Con la finalidad de conocer el nivel de ansiedad que padecen la población de nuestra muestra elegida.

El instrumento consta de 20 ítems distribuidos en 2 áreas de la ansiedad: Afectiva/Psicológica y Somático, que fueron basados en el Manual de la escala de autoevaluación de la ansiedad Zung (EAA). Los ítems están divididos según las dimensiones, 5 ítems valoran “Afectividad/Psicológica” y 15 ítems que valoran el aspecto “Somático”. (73)

Escala valorativa:

Nunca o casi nunca	Puntaje 1
A veces	Puntaje 2
Con bastante frecuencia	Puntaje 3
Siempre o casi siempre	Puntaje 4

Categorización general de la variable:

Ansiedad	
Sin Ansiedad	0 – 45 puntos
Leve	45 a 59 puntos
Moderada	60 a 74 puntos
Grave	75 a más puntos

El instrumento que se utilizó para la segunda variable fue el cuestionario de habilidades sociales.

Instrumento N° 2

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES MINSA

El presente instrumento está basado en una escala de Likert debido a que se divide en 5 escalas: nunca, raras veces, a veces, a menudo, siempre. Con la finalidad de identificar las habilidades sociales presentes en los adolescentes.

El instrumento consta de 42 ítems distribuidos en 4 áreas de las habilidades sociales: asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones, que fueron basados en el Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares (MINSA), que luego fue modificado por el investigador de acuerdo al ámbito de estudio, el cual se tomó como referencia en su totalidad. Los ítems están divididos según las dimensiones, 12 ítems valoran la asertividad, 9 ítems valoran la comunicación, 12 ítems valoran la autoestima y 9 ítems valoran toma de decisiones. (11)

Escala valorativa:

Nunca	Puntaje 1
Raras Veces	Puntaje 2
A Veces	Puntaje 3
A Menudo	Puntaje 4
Siempre	Puntaje 5

Categorización general de las Habilidades Sociales

Habilidades sociales	
Baja	42 – 96 puntos
Media	97- 151 puntos
Alta	152– 210 puntos

3.8 Validez y confiabilidad

- **Validez**

La validación de los instrumentos se realizó por medio de 5 expertos, quienes acreditaron la experiencia en el tema para emitir los juicios y modificaciones necesarias en la redacción, con el propósito de mejorar y que estos instrumentos sean claros y comprensibles para los encuestados.

Validez por criterio:

Los formatos de validación por criterio de los expertos nos muestran que los cuestionarios para poder medir el nivel de ansiedad y las habilidades sociales demostraron ser de buenos puntajes, el primer cuestionario tuvo un puntaje de 0.934 y el segundo cuestionario tuvo un puntaje de 0.948, por lo tanto, ambos instrumentos tienen buena validez y una concordancia muy alta. (VER ANEXO N° 06)

Validez por contenido:

Los formatos de validación por contenido de los expertos nos muestran que los cuestionarios para poder medir la ansiedad y las habilidades sociales demostraron ser de buenos puntajes, el primer cuestionario tuvo un puntaje de 1.00 y el segundo cuestionario tuvo un puntaje de 1.00, por lo que, ambos instrumentos tienen excelente. (VER ANEXO N° 07)

Validez por constructo:

Según la prueba de KMO y Bartlett, indica que tanto el cuestionario de ansiedad y el cuestionario de habilidades sociales son mayores a 0,8 por lo que corresponde a una regular adecuación muestral. (VER ANEXO N° 08)

- Confiabilidad

Se analizó la confiabilidad de los instrumentos a través de una prueba piloto aplicada a 30 estudiantes del 3er año de secundaria de la I.E. Enrique Paillardelle 42238 de Tacna. Cabe destacar que previamente se realizó la documentación necesaria para obtener el permiso y poder aplicar los instrumentos, con el debido consentimiento informado. (VER ANEXO N° 09)

Para calcular la confiabilidad por Alfa de Cronbach se hizo uso del programa SPSS versión 25, en la cual se obtuvieron como resultados, según coeficiente de Alfa de Cronbach:

- El Instrumento de ansiedad presenta un alfa de Cronbach de 0.838, lo cual indica una buena confiabilidad.
- El Instrumento de Habilidades sociales presenta un alfa de Cronbach de 0.862, lo cual indica una aceptable confiabilidad.

3.9 Procedimientos recolección de datos

La recolección de datos fue de manera presencial, para lo cual se realizó las respectivas coordinaciones, para ello se solicitó autorización y permiso de la Dirección de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja de Tacna, y los trámites administrativos necesarios en la cual se elaboró y entregó el permiso para ingresar a la Institución Educativa. Asimismo, se solicitó el apoyo de los tutores del tercer grado de secundaria, el cual es nuestra muestra de estudio, para que nos puedan brindar las facilidades del caso, con el fin de tener más cercanía y confianza con los estudiantes y que estén dispuestos a participar de nuestra investigación, también cabe señalar que la participación fue de manera voluntaria, en donde se brindó la autorización del consentimiento informado a los padres. Una vez realizado todo este proceso se aplicaron los instrumentos correspondientes en cada salón.

La aplicación de los instrumentos correspondientes en cada salón conto con una duración de 30 minutos en cada sección, dentro de ese tiempo se resolvieron algunas dudas que los estudiantes presentaron. Luego se realizó la calificación e interpretación correspondiente.

3.10 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.

Para evaluar las variables de estudio se utilizó instrumentos como cuestionarios que cumplen con los requisitos de validez y confiabilidad. Estos instrumentos servirán para otras investigaciones relacionadas a este tipo de estudio.

Luego de aplicar los instrumentos se utilizó el software SPSS-25 para la obtención de datos. Se elaboraron tablas estadísticas donde se distribuyó la información de acuerdo a las variables de estudio, luego se procedió a la descripción, interpretación, discusión y conclusiones respectivas.

3.11 Consideraciones éticas

3.11.1 Principio de autonomía

Con el propósito de respetar los valores y decisiones personales de cada estudiante de la I.E. Gerardo Arias Copaja Tacna, voluntariamente ellos aceptaron o no participar en el presente trabajo de investigación.

3.11.2 Consentimiento informado

El consentimiento informado se basa en respetar las decisiones que las personas tomen, es por ello, que se contó con un formato de consentimiento informado en la cual el sujeto de estudio y los padres manifestaron su voluntad de participar en la presente investigación.

Por tal motivo, se les explicó a los estudiantes y padres en qué consiste el presente trabajo de investigación de acuerdo a las variables de estudio y los objetivos de investigación.

3.11.3 Confidencialidad de los datos y anonimato

Al momento de aplicar el instrumento, se indicó a los estudiantes que la información y respuesta de cada

cuestionario es de manera anónima, es decir que, se guardó reserva sobre la información obtenida por parte de ellos, para proteger la identidad y respetar la privacidad en las opciones marcadas.

3.11.4 Principio de beneficencia

Se aseguro el bienestar de los estudiantes que participaron en el presente trabajo de investigación, por tal motivo, el investigador pondrá en práctica las reglas generales de: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

3.11.5 Evaluación de los beneficios del estudio y sus destinatarios

El presente trabajo de investigación tendrá una repercusión positiva, no solo para los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja - Tacna, sino también para su entorno, tanto en el hogar como en la escuela. De igual manera, con los datos que se obtengan en el presente trabajo se podrá elaborar estrategias para afrontar el problema de estudio, logrando de esta manera beneficiar a los estudiantes y el entorno que los rodea.

3.11.6 Protección de grupos vulnerables

El presente trabajo de investigación considera como grupo vulnerable a los estudiantes del 3er año "A, B y C" de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja – Tacna, por pertenecer al grupo etario de adolescentes, además de estar aún en formación académica escolar.

3.11.7 Principio de justicia

Para el presente trabajo de investigación se reconoce que la equidad y justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación el derecho de acceder a los resultados, por tal motivo, se envió los resultados al director de la Institución Educativa para que lo comparta con los estudiantes.

3.11.8 Selección de seres humanos sin discriminación

Al momento de seleccionar la muestra y aplicar el instrumento de recolección de datos, no se discrimino a nadie ni por su edad, sexo, idioma, religión, opinión, condición económica o de cualquiera otra índole.

3.11.9 Los beneficios potenciales serán para los individuos y los conocimientos para la sociedad

La presente investigación brindará resultados que darán a relucir la realidad por la cual están pasando los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja – Tacna, referente a la ansiedad y las habilidades sociales que ellos presentan.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSION DE LOS DATOS

4.1 Presentación de resultados en tablas y descripción

En este capítulo se muestran los resultados obtenidos en la presente investigación, luego de aplicar los instrumentos de recolección de datos a los estudiantes, se pudo obtener los siguientes resultados, los cuales son presentados en tablas y gráficos a continuación, respondiendo así a los objetivos e hipótesis planteadas.

TABLA N° 01

**CARACTERIZACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER
AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE
TACNA, 2025.**

Caracterización		Nº	%
SEXO	Masculino	63	60,00%
	Femenino	42	40,00%
	Total	105	100.00%
EDAD	14 AÑOS	37	35,24%
	15 AÑOS	61	58,10%
	16 AÑOS	7	6,66%
	Total	105	100.00%
GRADO Y SECCIÓN	3 A	35	33,33%
	3 B	35	33,33%
	3 C	35	33,34%
	Total	105	100,00%

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes de la I.E. Gerardo Arias Copaja.

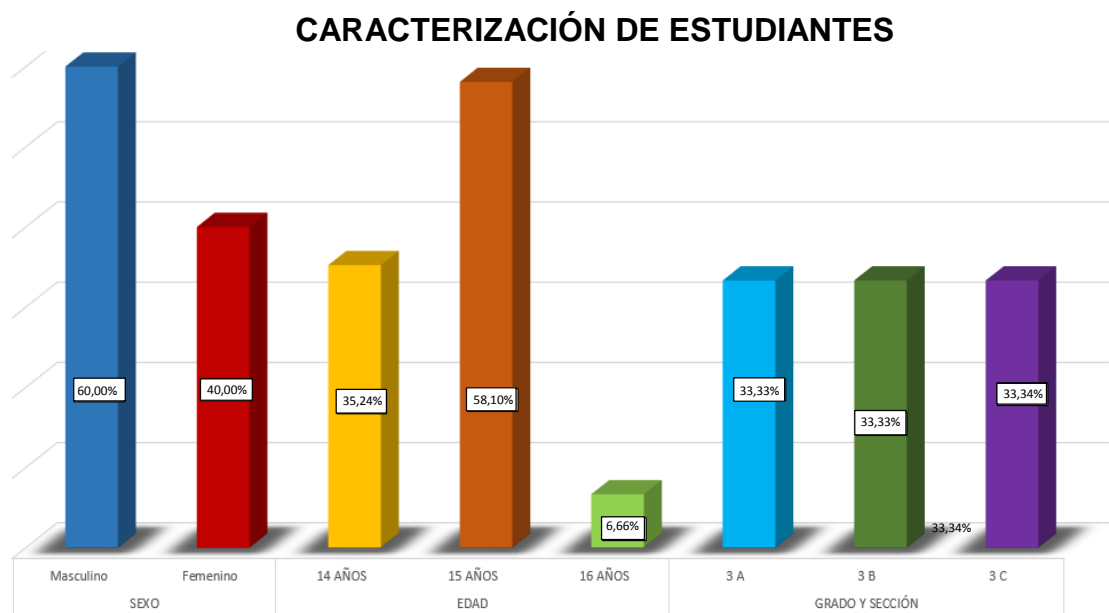
Elaborado: Por Bach. Torres A.

DESCRIPCIÓN:

En la tabla 01, muestra que de los 105 estudiantes encuestados el 60% es de sexo masculino, mientras que el 40% es de sexo femenino. Respecto a la edad, se puede observar que el 58,10% tienen 15 años de edad, mientras que el 35,24% tienen 14 años de edad y el 6,66% tienen 16 años de edad.

GRÁFICO N° 01

CARACTERIZACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE TACNA, 2025.



Fuente: Tabla N° 01

TABLA N° 02

**NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER
AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE
TACNA, 2025.**

NIVEL DE ANSIEDAD	N°	%
Sin ansiedad	40	38,10
Ansiedad leve	11	10,48
Ansiedad moderada	41	39,05
Ansiedad grave	13	12,37
Total	105	100,00

Fuente: Cuestionario de ansiedad de Zung aplicado a los estudiantes de la I.E. Gerardo Arias Copaja.

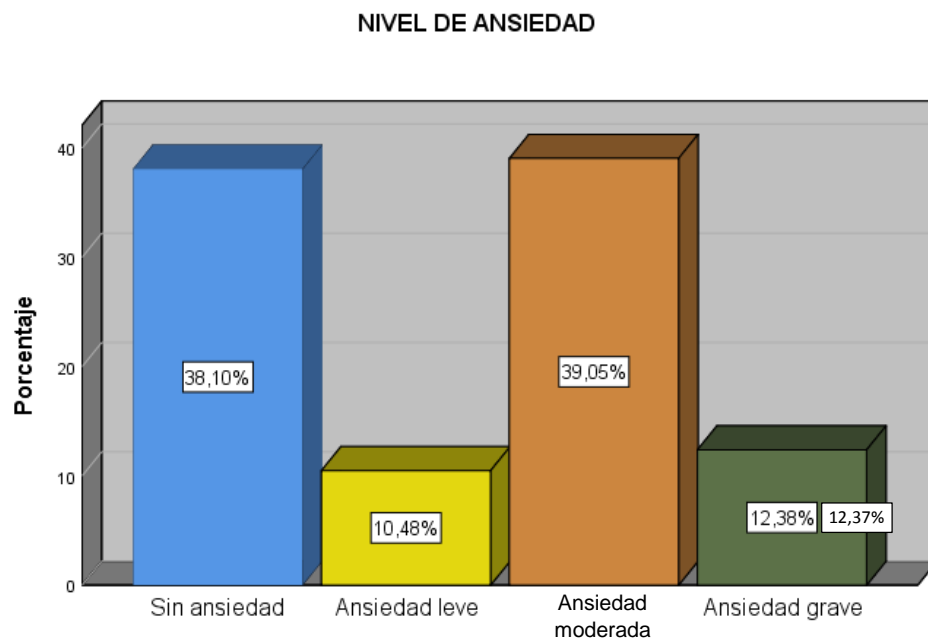
Elaborado: Por Bach, Torres A.

DESCRIPCIÓN:

En la tabla 02, muestra que, de los 105 estudiantes encuestados, 39,05% presentan ansiedad moderada, el 38,10% no presentan ansiedad, el 12,37% presentan ansiedad grave y el 10,48% tienen ansiedad leve.

GRÁFICO N°02

NIVEL DE ANSIEDAD EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE TACNA, 2025.



Fuente: Tabla N° 02

TABLA N° 03

**NIVEL DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES
DEL TERCER AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE
TACNA, 2025.**

NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES	Nº	%
Bajo	21	20,00
Medio	67	63,81
Alto	17	16,19
Total	105	100,00

Fuente: Cuestionario de habilidades sociales MINSA aplicado a los estudiantes de la I.E. Gerardo Arias Copaja

Elaborado: Por Bach. Torres A.

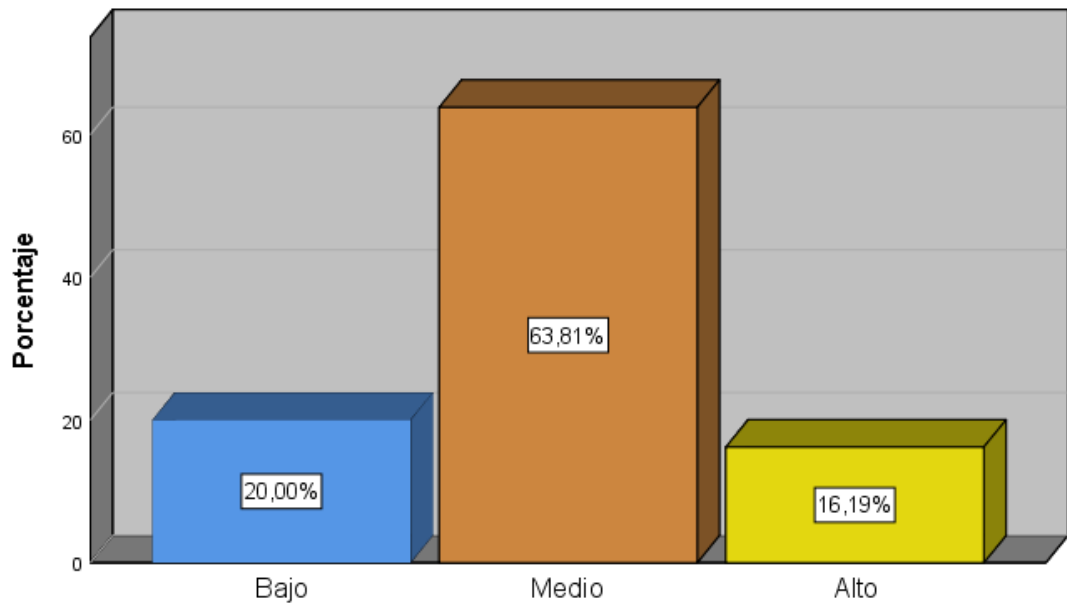
DESCRIPCIÓN:

En la tabla 03, muestra que, de los 105 estudiantes el 63,81% presentan nivel de habilidades sociales medio, el 20,00% tiene habilidades sociales bajo y el 16,19% habilidades sociales alto.

GRÁFICO N° 03

NIVEL DE LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE TACNA, 2025.

NIVEL DE HABILIDADES SOCIALES



Fuente: Tabla N° 03

TABLA N° 04
RELACIÓN DE LA ANSIEDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES
EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE LA
I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE
TACNA, 2025.

		HABILIDADES SOCIALES							
		Bajo		Medio		Alto		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
ANSIEDAD	Sin ansiedad	0,00	0,00	31,00	29,52	9,00	8,57	40	38,1%
	Ansiedad leve	1,00	0,95	7,00	6,67	3,00	2,86	11	10,5%
	Ansiedad moderada	15,00	14,29	21,00	20,00	5,00	4,76	41	39,0%
	Ansiedad grave	5,00	4,76	8,00	7,62	0,00	0,00	13	12,4%
Total		21,00	20,00	67,00	63,81	17,00	16,19	105	100,0%

Fuente: Cuestionario de ansiedad de Zung y habilidades sociales MINSA aplicado a los estudiantes de la I.E. Gerardo Arias Copaja.

Elaborado: Por Bach. Torres A.

DESCRIPCIÓN:

En la tabla N° 04 Se ha observado que los estudiantes que no tienen ansiedad presentan un 29,52 % habilidades sociales media y un 8,57% de habilidades sociales alta.

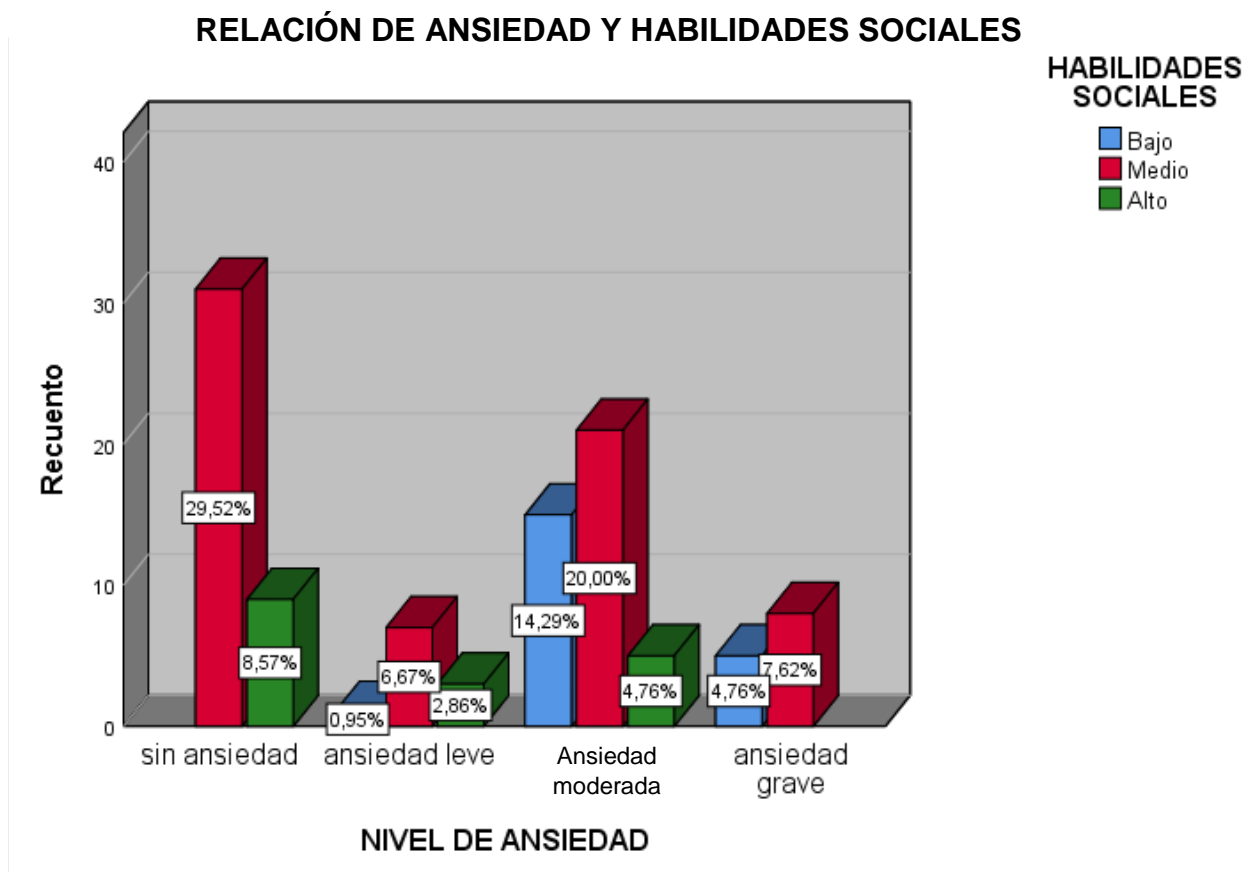
Por otro lado, los estudiantes que presentan ansiedad leve, el 6,67 % presenta habilidades sociales medio, el 2,86% presenta habilidades sociales alto y el 0,95% habilidades sociales baja.

En relación a los estudiantes que presentan ansiedad moderada el 20,00% presenta habilidades sociales medio, el 14,29% habilidades sociales bajas y el 4,76% habilidades sociales alta.

Por último, los estudiantes que presentan ansiedad grave el 7,62% presenta habilidades sociales medio y el 4,76% habilidades sociales bajas.

GRÁFICO N° 04

RELACIÓN DE LA ANSIEDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA DE TACNA, 2025.



Fuente: Tabla N° 04

4.2 Prueba de hipótesis

Se plantearon dos hipótesis:

- HIPÓTESIS ALTERNA

HA: Si existe relación significativa entre ansiedad con habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025

- HIPÓTESIS NULA

H0: No existe relación significativa entre ansiedad con habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025

4.2.1 Nivel de significancia

$$\alpha = 5\% = 0,05$$

4.2.2 Estadística de prueba

En tal sentido se realizó la prueba de hipótesis, para lo cual se utilizó la prueba Chi Cuadrado, debido a que los resultados no obedecen a una distribución normal.

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	23,040 ^a	6	,001
Razón de verosimilitud	31,501	6	,000
Asociación lineal por lineal	17,055	1	,000
N de casos válidos	105		

a. 4 casillas (33,3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 1,78.

4.2.3 Decisión:

$p=0,001 < \alpha =0,05$ entonces se rechaza H_0

4.2.4 Conclusión:

Como el valor de chi cuadrado 23,040 tiene un p_ valor de 0,001 la cual es menor a 0,05, se acepta la hipótesis alterna y en consecuencia se niega la hipótesis nula. Este resultado basado para un nivel de confianza del 95 % permite concluir que acepta la hipótesis alterna donde: Si existe relación significativa entre la ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna – 2025

4.3 Discusión de resultados

De acuerdo a los objetivos planeados en el presente trabajo de investigación se discutirán los resultados obtenidos, a través de las tablas previamente presentadas, y su relación con los antecedentes tanto local, nacional e internacional.

Tabla N° 01, En la tabla 01, muestra que de los 105 estudiantes encuestados el 60% es de sexo masculino, mientras que el 40% es de sexo femenino. Respecto a la edad, se puede observar que el 58,10% tienen 15 años de edad, mientras que el 35,24% tienen 14 años de edad y el 6,66% tienen 16 años de edad.

Tabla N° 02, se puede evidenciar de acuerdo a los resultados que se obtuvieron en el nivel de ansiedad de los estudiantes del

3er año de secundaria de la I. E. Gerardo Arias Copaja, donde se muestra que el 39,05% presenta ansiedad moderada, seguido del 12,38% presenta ansiedad grave y 10,48% ansiedad leve. Estos resultados nos indican que los estudiantes presentan un nivel moderado de ansiedad seguido de un nivel grave.

Concuerda con **Herrera J. y Albornoz J.** (21) en su trabajo titulado “Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de psicología clínica de la universidad del Azuay, Cuenca – Ecuador, 2022”. Los resultados reportaron un predominio de ansiedad leve (71%) y una proporción de ansiedad moderada y severa del 29%., indicando la necesidad de intervenciones preventivas.

Concuerda con **Villar F.** (23) en su trabajo de investigación titulado “Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de villa el Salvador, 2022”. Los resultados encontraron que el 37% de los estudiantes presentaba ansiedad moderada, cifra similar al 39,05% hallado en la presente investigación. Esto confirma que la ansiedad moderada es un patrón frecuente en la población escolar adolescente.

Concuerda con **Oyarce R.** (24) en su trabajo de investigación titulado “Programa de habilidades sociales para disminuir la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Cachapoyas, 2023”. Los resultados hallaron que el 93,3% de estudiantes presentaron ansiedad moderada, evidenciando la alta presencia de este nivel en adolescentes de instituciones educativas, especialmente en contextos con alta carga académica, social o emocional.

Concuerda con **Morales A.** (25) en su trabajo de investigación titulado “Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa en el distrito de Comas, 2022”. Los resultados de la ansiedad moderada alcanzaron el 68,8%, afirmando nuevamente que este nivel constituye el más prevalente en la población adolescente de secundaria.

En conjunto, las investigaciones revisadas refuerzan que el nivel moderado de ansiedad en adolescentes es una tendencia ampliamente observada, lo cual respalda la validez de los resultados obtenidos y sitúa a la institución educativa evaluada dentro de un patrón esperado en poblaciones similares.

El profesional de enfermería debe asumir un rol activo, preventivo y educativo, basado en la valoración integral, la consejería, la educación para la salud mental, el trabajo con la familia y la coordinación intersectorial. Estas acciones permitirán reducir el impacto de la ansiedad, prevenir su agravamiento y promover un desarrollo emocional saludable en los estudiantes.

Tabla N°03, se puede evidenciar de acuerdo a los resultados que se obtuvieron sobre el nivel de habilidades sociales de los estudiantes del 3er año de secundaria de la I. E. Gerardo Arias Copaja, donde se muestra que el 63,81% presenta un nivel de habilidades sociales medio, seguido del 20,00% presenta un nivel de habilidades sociales bajo. Estos resultados nos indican que los estudiantes presentan un nivel de habilidades sociales media.

Concuerda con **Aguilera N.** (20), en su trabajo titulado “Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes, Asunción – Paraguay, 2024”. Los resultados encontraron que el 55% de los adolescentes presentaba un nivel medio y un 9% un nivel bajo de habilidades sociales. Aunque en el presente estudio el porcentaje de nivel bajo es mayor (20%), ambos trabajos coinciden en que el nivel medio es el predominante.

Concuerda con **Villar F.** (23) en su trabajo de investigación titulado “Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de villa el Salvador, 2022”. Los resultados donde el 42% de estudiantes presentaba dificultades interpersonales. Esta cifra respalda la existencia de un grupo importante de adolescentes con limitaciones en habilidades sociales, tal como se evidencia en el 20% con nivel bajo en la presente investigación.

Concuerda con **Morales A.** (25) en su trabajo de investigación titulado “Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa en el distrito de Comas, 2022” Los resultados halló que el 57,7% de los estudiantes presentaba un nivel medio de habilidades sociales, cifra cercana al 63,81% encontrado en esta investigación. Esto confirma que el nivel medio es común en colegios de secundaria de contextos urbanos similares.

Concuerda con **Vargas Y.** (30) en su trabajo de investigación titulado “Violencia intrafamiliar y las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2024”. Los resultados reportaron que el 81,9% de los

estudiantes presentaba un nivel medio, y un 17,1% un nivel bajo. Aunque el porcentaje hallado en el presente estudio para el nivel bajo (20%) es ligeramente superior, ambos trabajos coinciden en que el nivel medio es claramente predominante entre los estudiantes de secundaria.

En conjunto, la evidencia empírica revisada confirma que las habilidades sociales en adolescentes se posicionan principalmente en niveles medios, con presencia de un grupo vulnerable que presenta dificultades, tal como ocurre en el contexto de la I.E. Gerardo Arias Copaja.

El profesional de enfermería debe asumir un rol preventivo, educativo y promotor del desarrollo psicosocial, mediante la valoración integral, la consejería, la educación para la salud, el trabajo intersectorial y el seguimiento continuo. Estas acciones contribuirán a fortalecer las habilidades sociales, prevenir problemas emocionales y favorecer un desarrollo integral saludable en los estudiantes.

Tabla N°04, se puede evidenciar de acuerdo a los resultados que se obtuvieron sobre la relación entre el nivel de ansiedad y las habilidades sociales de los estudiantes del 3er grado de secundaria I.E. Gerardo Arias Copaja, Tacna, 2025, se obtuvo que si existe una relación entre la ansiedad y las habilidades sociales

Concuerda con **Villar F.** (23) en su trabajo de investigación titulado “Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes

de secundaria de una institución educativa de villa el Salvador, 2022". Esta autora encontró una relación positiva y altamente significativa entre la ansiedad social y las habilidades sociales en estudiantes de secundaria. Esto significa que los adolescentes que presentaban mayor ansiedad social también mostraban mayores dificultades en sus habilidades sociales, lo cual es congruente con el hallazgo del presente estudio.

Concuerda con **Morales A.** (25) en su trabajo de investigación titulado "Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa en el distrito de Comas, 2022" En el resultado encontró que el 68,8% presentó ansiedad media y el 57,7% habilidades sociales medias, concluyendo que ambas variables están relacionadas. Al igual que en dicha investigación, los resultados del presente estudio confirman que los niveles de ansiedad observados pueden ser explicados, al menos parcialmente, por el nivel de habilidades sociales que poseen los estudiantes.

Ambas investigaciones respaldan los hallazgos del presente estudio, confirmando que la ansiedad y las habilidades sociales no actúan de manera aislada, sino que se influyen mutuamente, especialmente en la etapa adolescente, donde el desarrollo socioemocional aún se encuentra en consolidación.

La relación encontrada implica que los estudiantes que tienen un menor dominio de habilidades sociales como la asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones, presentan mayor probabilidad de desarrollar ansiedad, particularmente ansiedad.

Esto puede explicarse porque: Las habilidades sociales funcionan como recursos psicológicos de afrontamiento. Su ausencia genera inseguridad, temor al rechazo, preocupación excesiva por el juicio social. La interacción social se convierte en un estresor, activando respuestas de ansiedad.

Por tanto, fortalecer las habilidades sociales no solo mejora la convivencia escolar, sino que también reduce los niveles de ansiedad y mejora el bienestar emocional.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- La ansiedad en los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, encontramos que menos de la mitad (38,10%) no presenta ansiedad, por otro lado, presenta ansiedad leve (10,48%), presenta ansiedad moderada (39,05%) y ansiedad grave (12,38%).
- Las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, encontramos que presenta un nivel bajo de habilidades sociales (20%), más de la mitad presenta un nivel medio de habilidades sociales (63,81%) y un nivel alto de habilidades sociales (16,19%).
- Como el valor de chi cuadrado 23,040 tiene un p_ valor de 0,001 la cual es menor a 0,05, se acepta la hipótesis alterna y en consecuencia se niega la hipótesis nula. Este resultado basado para un nivel de confianza del 95 % permite concluir que acepta la hipótesis alterna donde: Si existe relación significativa entre la ansiedad y habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna – 2025.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda a la directora de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja promover y habilitar espacios formativos mediante programas educativos orientados al fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes. La implementación de estas iniciativas contribuye al desarrollo de competencias comunicativas, emocionales y relacionales indispensables para la convivencia escolar y el bienestar psicosocial del adolescente. Asimismo, estos programas pueden articularse con la labor del profesional de enfermería escolar, quien desempeña un papel fundamental en la promoción de la salud mental, la detección temprana de signos de ansiedad, y el acompañamiento de estudiantes que presentan dificultades en su interacción social.
- Se propone incentivar a la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja a considerar la contratación de un profesional de enfermería, con el fin de fortalecer la atención integral de salud dirigida a los adolescentes. La presencia de personal de enfermería en el entorno escolar resulta fundamental, ya que este profesional cumple funciones orientadas a la promoción de la salud, prevención de riesgos, detección temprana de alteraciones emocionales y seguimiento del bienestar físico y mental de los estudiantes. En el ámbito de la salud mental, el profesional de enfermería desempeña un rol clave en la identificación oportuna de signos de ansiedad, dificultades en las habilidades sociales, problemas de convivencia y otros factores que puedan afectar el desarrollo psicosocial del adolescente. Asimismo, facilita intervenciones educativas, brinda apoyo emocional, realiza derivaciones pertinentes y coordina acciones

interdisciplinarias para garantizar un acompañamiento adecuado. Por ello, la incorporación de enfermería escolar permitiría evaluar de manera continua si los estudiantes presentan ansiedad y cómo se desarrollan sus relaciones interpersonales dentro del aula, contribuyendo significativamente a su bienestar integral

- Al sector salud que proporcione fortalezas, tanto en el comportamiento y practicas saludables en los estudiantes para evitar y reducir la ansiedad en los estudiantes, y también en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes; y junto al profesional de Enfermería, quien es el responsable de la estrategia en salud del escolar y adolescente, se proporcione un programa de salud multidisciplinario con el C.S. San Francisco, con el objetivo de identificar y evaluar los casos de ansiedad y el mejoramiento de las habilidades sociales, entre otro tipo de estrategias que sean beneficiosas para este grupo etario.

- Se recomienda al sector Educación implementar estudios anuales que permitan identificar de manera sistemática la situación emocional, social y académica de los adolescentes, con el propósito de diseñar y ejecutar acciones oportunas que garanticen su integridad, bienestar y seguridad. La evaluación periódica de indicadores relacionados con la ansiedad, las habilidades sociales y otros factores de riesgo psicosocial resulta esencial para la toma de decisiones basadas en evidencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Alarcón R. La idea de la persona y dignidad humana. [Online].; 2020 [cited 2025 noviembre 25. Available from: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/UNIV/article/download/5518/3883/>.
2. Dokumen.pub. El modelo de sistemas de Neuman. [Online].; 2010 [cited 2025 diciembre 1. Available from: <https://dokumen.pub/the-neuman-systems-model-1892090619-9780135142776-0135142776.html>.
3. MINSA. Modelo de Cuidado Integral de Salud por. [Online].; 2020 [cited 2025 Setiembre 02. Available from: https://www.google.com/search?q=modelo+del+cuidado+integral+de+salud+minsa+adolescente&sca_esv=7fc613d9cd9ef286&ei=DTm3aOC6leDS1sQP9O7A4Q8&oq=modelo+del+cuidado+integral+de+salud+minsa+adol&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniL21vZGVsbyBkZWwgY3VpZGFkbyBpbmRIZ3JhbCB.
4. M. Pérez MS. El entorno y la influencia en la adolescencia: familia, amigos, escuela, universidad y medios de comunicación. [Online].; 2022 [cited 2025 Setiembre 02. Available from: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2022-06/el-entorno-y-la-influencia-en-la-adolescencia-familia-amigos-escuela-universidad-y-medios-de-comunicacion/>.

5. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Depresión y otros trastornos mentales comunes. [Online].; 2017 [cited 2025 agosto 14. Available from: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>.
6. Anderson A., Valiauga R., Tallo C., Blythe C. Manoranjithan S., Domingo C., Paudel M., Untaroiu A., Barr S., Goldhaber K. Factores que contribuyen al aumento de la ansiedad en adolescentes y trastornos de salud mental asociados: una revisión narrativa de la literatura actual. [Online].; 2024 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11683866/>.
7. UNICEF. ¿Qué es la ansiedad? [Online].; 2024 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://www.unicef.org/parenting/es/salud-mental/que-es-ansiedad>.
8. Pérez M., Sánchez P. Ansiedad en la infancia y adolescencia. [Online].; 2022 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2022-01/ansiedad-en-la-infancia-y-adolescencia/>.
9. UNICEF. ¿Cómo ayudar a los adolescentes a manejar una crisis de ansiedad o angustia? [Online].; 2022 [cited 2025 diciembre 18. Available from:

<https://www.unicef.org/chile/historias/%C2%BFc%C3%B3mo-ayudar-los-adolescentes-manejar-una-crisis-de-ansiedad-o-angustia>.

10 INPA. Consecuencias de la falta de habilidades sociales en niños y adolescentes. [Online].; 2023 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://inpa.info/consecuencias-falta-habilidades-sociales>.

11 Ministerio de Salud. Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares. [Online].; 2005 [cited 2025 agosto 14. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/353456-manual-de->.

12 Serna A. Estudio de caso “Trastorno de ansiedad”. [Online].; 2020 [cited 2025 agosto 14. Available from: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/5055/6565>.

13 Leon M., Arbeláez A., Cuevas J., Loja D. Habilidades sociales en adolescentes de 12 a 14 años. Simbiosis. Revista de Educación y Psicología. 2024 diciembre; 4(numero especial).

14 Gualotuña K., Santamaria E., Vilca J., Medina G. Rol de la enfermera/o en el cuidado de adolescentes con trastorno de ansiedad. Revisión sistemática. [Online].; 2024 [cited 2025 diciembre 18. Available from:

<https://www.revistasinstitutoperspectivasglobales.org/index.php/sanitas/article/view/467>.

15 Instituto Nacional de Salud del Niño. Guía de práctica clínica para el diagnóstico y tratamiento de los trastornos de ansiedad del niño y del adolescente. [Online].; 2023 [cited 2025 junio 20. Available from: <https://www.insn.gob.pe/sites/default/files/transparencia/normas-emitidas/2023/R.D.N%C2%B0039-2023-INSN-DG.pdf>.

16 Ministerio de Salud.
<https://www.insn.gob.pe/sites/default/files/transparencia/normas-emitidas/2023/R.D.N%C2%B0039-2023-INSN-DG.pdf>. [Online].; 2025 [cited 2025 junio 20. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/353456-manual-de->.

17 Congreso de la República. Ley N.º 30947. [Online].; 2019 [cited 2025 junio 22. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/congreso-de-la-republica/normas-legales/1423694-30947>.

18 MANUAL MSD. Introducción a los trastornos de ansiedad. [Online].; 2024 [cited 2025 octubre 20. Available from: <https://www.msdmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-estr%C3%A9s/introducci%C3%B3n-a-los-trastornos-de-ansiedad>.

- 19 Lacunza A., Gonzales N. Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. [Online].; 2011 [cited 2025 octubre 19. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>.
- 20 Aguilera N. Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes. [Online].; 2024 [cited 2025 noviembre 21. Available from: <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/2643>.
- 21 Herrera J, Albornaz J. Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad del Azuay. [Online].; 2022 [cited 2025 junio 22. Available from: <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/11521>.
- 22 Cecilia A., Tolaba L., Vaca D. Habilidades sociales y su relación con los estados emocionales en estudiantes universitarios jujeños. PSICODIAGNOSTICAR. 2024 febrero; 31(77/96).
- 23 Villar D. Ansiedad social y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de villa el Salvador, 2022. [Online].; 2022 [cited 2025 junio 22. Available from: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/3021>.
- 24 Oyarce R. "Programa de habilidades sociales para disminuir la ansiedad en adolescentes de una institución educativa de Chachapoyas-2023. [Online].; 2023 [cited 2025 junio 23. Available

from:

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_6d5c6d1a4d52c4c7a38750f9ef763b11.

25 Morales A. Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria en una institución educativa en el distrito de Comas, 2022. [Online].; 2022 [cited 2025 junio 22. Available from: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_676fe713837183faef337c495c1755f0.

26 Guillen N. Descripción de las Habilidades Sociales en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025. [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre 1. Available from: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/41885/HABILIDADES_SOCIALES_ESTUDIANTES_GUILLEN_SAYME_NEISY_JOHANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

27 Meza J. Autoestima y Ansiedad en Adolescentes de una Institución Educativa, Huaraz, 2025. [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre 1. Available from: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/40409/AUTOESTIMA_ANSIEDAD_MEZA_CHILENO_JOSHELIN_WANDY.pdf?sequence=3&isAllowed=y.

- 28 Contreras N. En su trabajo titulado “Regulación emocional cognitiva y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de la institución educativa n°42044 “Alfonso Ugarte, Tacna 2021”. [Online].; 2021 [cited 2025 agosto 23. Available from: <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2200>.
- 29 Ale G. Uso de redes sociales y ansiedad en adolescentes de la Institución Educativa Modesto Molina, Tacna 2024. [Online].; 2025 [cited 2025 agosto 24. Available from: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/server/api/core/bitstreams/80edcf16-ba35-4ad1-8573-7cd5d1a66d9e/content>.
- 30 Vargas Y. Violencia intrafamiliar y las habilidades sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna – 2024. [Online].; 2025 [cited 2025 agosto 24. Available from: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/items/62e8b91d-3cb8-4fe0-b6ea-7d926a9a3878>.
- 31 Carrillo S. Habilidades sociales y conducta phubbing en estudiantes de secundaria de la I.E. N.º 42021 Fortunato Zora Carvajal, Tacna 2023. [Online].; 2023 [cited 2025 diciembre 1. Available from: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/server/api/core/bitstreams/5471c248-8b9b-468b-abdc-dece27575ce3/content>.

- 32 Chambilla A. Ansiedad e indicadores de adicción a redes sociales en .
estudiantes de secundaria de la I.E. Enrique Paillardelle Tacna,
durante el confinamiento del año 2021. [Online].; 2021 [cited 2025
diciembre 1. Available from:
<https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1830/Chambilla-Condori-Aime.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 33 Yaqoob A., Jan R., Rattani S., Kumar S. Modelo de sistema de Betty
. Neuman: un análisis de conceptos. [Online].; 2023 [cited 2025
Diciembre 1. Available from:
https://www.depanxietyjournal.com/articles/ida-aid1036.php?utm_source=chatgpt.com.
- 34 Romero G., Flores E., Cárdenas P., Ostiguín R. Análisis de las bases
. teóricas del modelo de sistemas de Betty Neuman. [Online].; 2007
[cited 2025 diciembre 1. Available from: <https://revista-enfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/470/450>.
- 35 STUDOCU. Teoría de Betty Neuman. [Online].; 2022 [cited 2025
. agosto 16. Available from: <https://www.studocu.com/es-mx/document/aliat-universidades/ecologia/teoria-de-betty-neuman/16282583>.

- 36 Godoy O. Modelos y Teorías de Enfermería. [Online].; 2023 [cited 2025 agosto 14. Available from: https://fcm.unr.edu.ar/wp-content/uploads/2023/05/TEORIAS-Y-MODELOS-2DA-PARTE_compressed.pdf.
- 37 Bolesco R. Guía completa de la teoría de Betty Neuman y su aplicación en el ámbito de la salud. [Online].; 2023 [cited 2025 diciembre 1. Available from: <https://www.kedin.es/betty-neuman/>.
- 38 Sierra JC, Ortega V, Zubeidat. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. [Online].; 2003 [cited 2025 agosto 15. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>.
- 39 Ansiedad y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa del Distrito de San Martín de Pangoa, 2019. [Online].; 2019 [cited 2022 Diciembre 18. Available from: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1238/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 40 Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Salud Mental. [Online].; 2022 [cited 2022 Diciembre 26. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>.

- 41 Díaz C. SL. La ansiedad en la adolescencia. [Online].; 2018 [cited 2022 . Diciembre 27. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6317303>.
- 42 Clínica SaniSalud. ¿Cuáles son los síntomas de la ansiedad? [Online].; . 2025 [cited 2025 Noviembre 20. Available from: <https://clincasanisalud.com/sintomas-ansiedad/>.
- 43 ELSEVIER. Síntomas de trastornos de ansiedad en niños y . adolescentes: Diferencias en función de la edad y el sexo en una muestra comunitaria. [Online].; 2012 [cited 2025 diciembre 18. Available from: https://www.elsevier.es/es-revista-revista-psiquiatria-salud-mental-286-articulo-sintomas-trastornos-ansiedad-ninos-adolescentes-S1888989112000237?utm_source.
- 44 Clínica de Universidad de Navarra. Angustia. [Online].; 2025 [cited . 2025 diciembre 18. Available from: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/angustia>.
- 45 Manual MSD. Trastorno de despersonalización/desrealización. . [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/trastornos-disociativos/trastorno-de-despersonalizaci%C3%B3n-desrealizaci%C3%B3n#:~:text=El%20trastorno%20de%20desperson>

alizaci%C3%B3n/desrealizaci%C3%B3n,rodea%20a%20uno%20(des realizaci%C3%B3n).

46 Organización Mundial de la Salud. La salud mental de los adolescentes. [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.

47 National Institute of Mental Health. El trastorno de pánico: Lo que usted debe saber. [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre 18. Available from: https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-panico-cuando-el-miedo-agobia#:~:text=Los%20s%C3%ADntomas%20f%C3%ADsicos%20durante%20un%20ataque%20de,pecho%2C%20*%20dolor%20de%20est%C3%B3mago%20o%20nauseas.

48 IPSIA. Fatiga emocional y ansiedad. [Online].; 2024 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://www.psicologosmadrid-ipsia.com/fatiga-emocional-y-ansiedad/#:~:text=El%20cansancio%20por%20ansiedad%2C%20tambi%C3%A9n%20conocido%20como,est%C3%A1n%20experimentando%20problemas%20parecidos%20a%20los%20tuyos>.

49 Charlie Health. ¿Qué es el vómito por estrés? [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre 18. Available from:

<https://www.charliehealth.com/post/the-link-between-stress-and-vomiting#:~:text=que%20est%C3%A1%20pasando.-,%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20v%C3%B3mito%20por%20estr%C3%A9s?,intensiva%20para%20personas%20con%20ansiedad.>

50 QuironSalud. Pesadillas: por qué se producen y cómo pueden tratarse. [Online].; 2020 [cited 2025 diciembre 18. Available from: [https://www.quironsalud.com/blogs/es/durmiendo-pierna-suelta/pesadillas-producen-pueden-tratarse.](https://www.quironsalud.com/blogs/es/durmiendo-pierna-suelta/pesadillas-producen-pueden-tratarse)

51 Salud Navarra. Tipos de trastornos de ansiedad. [Online].; 2024 [cited 2025 Noviembre 20. Available from: https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/Tipos+trastornos+ansiedad/#:~:text=Ansiedad%20leve%2C%20asociada%20a%20tensiones,s%C3%B3lo%20en%20las%20preocupaciones%20inmediatas.

52 Flores E., Garcia M., Calsina W., Yapuchura A. et al. Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno. [Online].; 2016 [cited 2022 Diciembre 29. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-

activa/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20est%C3%A1%20la%20esc
ucha%20activa,lo%20que%20se%20est%C3%A1%20diciendo.

58 Unobravo. Habilidades sociales: ¿qué son y para qué sirven? [Online].;
. 2025 [cited 2025 diciembre 18. Available from:
<https://www.unobravo.com/es/blog/habilidades-sociales>.

59 Understood. Qué es el autoconocimiento. [Online].; 2025 [cited 2025
. diciembre 18. Available from: [https://www.understood.org/es-
mx/articles/the-importance-of-self-awareness](https://www.understood.org/es-mx/articles/the-importance-of-self-awareness).

60 Ortega I. Habilidades Sociales de los Profesionales dela Institución
. Unión de Obras de Asistencia Social – Colonias de Nniños y Nniñas,
Ancón, Lima, 2018. [Online].; 2018 [cited 2022 Diciembre 29. Available
from:
[https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/3299/1/
vin%20Marina%2C%20ORTEGA%20SERNAQU%C3%89.pdf?seque
nce=1&isAllowed=y](https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/3299/1/vin%20Marina%2C%20ORTEGA%20SERNAQU%C3%89.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

61 NeuronUP. Habilidades sociales. [Online].; 2025 [cited 2025 diciembre
. 18. Available from: [https://neuronup.com/areas-de-
intervencion/habilidades-sociales/](https://neuronup.com/areas-de-intervencion/habilidades-sociales/).

62 Psicología y mente. Falta de habilidades sociales en adultos: sus
. efectos, y cómo abordarla. [Online].; 2025 [cited 2025 noviembre 19.

Available from: <https://psicologiaymente.com/social/falta-habilidades-sociales-adultos>.

63 Cursos FemXa.es. Cómo desarrollar habilidades sociales y mejorar tus relaciones personales y profesionales. [Online].; 2025 [cited 2025 noviembre 19]. Available from: <https://www.cursosfemxa.es/blog/como-desarrollar-habilidades-sociales#:~:text=Las%20habilidades%20sociales%20son%20clave,el%20acceso%20a%20nuevos%20desaf%C3%ADos.&text=%C2%BFQu%C3%A9%20son%20las%20habilidades%20sociales?>

64 Sciéndol nenum. Perspectiva de enfermería sobre la promoción de la salud mental de adolescentes. [Online].; 2013 [cited 2025 diciembre 18]. Available from: https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/pgm/article/view/270?utm_source=.

65 MINSA. Norma técnica de salud para la atención integral de salud de adolescentes. [Online].; 2019 [cited 2025 diciembre 18]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/1091057-norma-tecnica-de-salud-para-la-atencion-integral-de-salud-de-adolescentes>.

- 66 Sierra J. OV,Zlea. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a .
diferenciar. [Online].; 2003 [cited 2022 Diciembre 27. Available from:
<https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>.
- 67 Flores E.; Garcia M., Calsina W., Yapuchura A. Las habilidades .
sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la
Universidad Nacional del Altiplano - Puno. Comuni@cción. 2016
Julio/diciembre; 7(2).
- 68 Organización Mundial de la Salud. Salud del adolescente. [Online].;
. 2020 [cited 2022 enero 06. Available from:
https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1.
- 69 SCRIBD. Concepto Estudiante. [Online].; 2023 [cited 2025 diciembre
. 18. Available from:
[https://es.scribd.com/document/660579562/Concepto-
Estudiante#:~:text=Concepto%20Estudiante-
,Un%20estudiante%20es%20una%20persona%20que%20aprende%
20activamente%20en%20una,sus%20metas%20educativas%20y%2
0profesionales.](https://es.scribd.com/document/660579562/Concepto-Estudiante#:~:text=Concepto%20Estudiante-)
- 70 AcademiaEdu. Concepción del alumno. [Online].; 2025 [cited 2025
. diciembre 18. Available from:
[https://www.academia.edu/37817236/CONCEPCI%C3%93N_DEL_A
LUMNO.](https://www.academia.edu/37817236/CONCEPCI%C3%93N_DEL_A)

- 71 Rodríguez L. Relación Docente-Alumno. [Online].; 2021 [cited 2025 diciembre 18. Available from: <https://repositorio.cfe.edu.uy/bitstream/handle/123456789/1619/Rodriguez%2C%20L.%2C%20Relaci%C3%B3n.pdf?sequence=2&isAllowed=y#:~:text=Y%20el%20educando%20seg%C3%BAn%20Freire,una%20acci%C3%B3n%20conjunta%20y%20transformadora.>
- 72 Hernández S., Fernández C., Baptista P. Metodología de la Investigación. [Online].; 2024 [cited 2025 octubre 6. Available from: <https://biblioteca.ciencialatina.org/wp-content/uploads/2024/07/Metodologia-de-la-investigacion-una-mirada-global.pdf>.
- 73 Psychology Tools. Escala de autoevaluación de ansiedad de Zung (SAS). [Online].; 2025 [cited 2025 agosto 15. Available from: <https://psychology-tools.com/test/zung-anxiety-scale>.

ANEXOS

- ANEXO 01: Consentimiento Informado**
- ANEXO 02: Instrumentos de recolección de datos**
- ANEXO 03: Carta de presentación**
- ANEXO 04: Validación de juicio experto por criterio**
- ANEXO 05: Validación de juicio experto por ítems**
- ANEXO 06: Validación por criterio de juicio de expertos**
- ANEXO 07: Validez por contenido**
- ANEXO 08: Validez por constructo**
- ANEXO 09: Confiabilidad de los instrumentos**
- ANEXO 10: Resolución de facultad para ejecución de tesis**
- ANEXO 11: Autorización de prueba piloto**
- ANEXO 12: Autorización para ejecución de proyecto**
- ANEXO 13: Matriz de consistencia**

ANEXO N° 01
CONSENTIMIENTO INFORMADO
UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
E.P. ENFERMERIA

Estimado participante:

El presente proyecto de investigación titulado, “ANSIEDAD Y SU RELACIÓN CON HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025”. Tiene como objetivo determinar la relación que existe entre la ansiedad y las habilidades sociales de los estudiantes 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025.

A continuación, le entrego la información para que pueda tomar la decisión de participar o no, en el mismo:

- Su participación consistirá en contestar dos cuestionarios con 20 y 42 enunciados.
- Su participación es libre y voluntaria.
- Contestar el cuestionario no conllevará riesgo alguno para tu persona y futuro profesional.
- La información recolectada será totalmente confidencial, solo se utilizará para el presente trabajo de investigación.

_____ Si autorizo que se realice la aplicación del cuestionario.

_____ No autorizo la aplicación del cuestionario.

De antemano, agradecemos su colaboración.

Tacna de..... del año 2025

FIRMA DEL PARTICIPANTE

ANEXO N° 02
INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS
Instrumento 1
ESCALA DE AUTOVALORACIÓN DE LA ANSIEDAD DE ZUNG

Estimado estudiante:

Reciba un cordial saludo, le invito a participar de esta investigación sobre la relación que existe entre la ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes del nivel secundario.

Si decide participar en el estudio se le solicita que responda a los siguientes cuestionarios sobre:

- Ansiedad
- Habilidades sociales

Las preguntas presentadas en los cuestionarios se realizarán de manera anónima, es decir, que nadie sabrá quién las respondió, de esta manera, se le garantiza su confidencialidad. Le agradecemos sinceramente su colaboración y veracidad de sus respuestas.

EDAD: _____ GRADO: _____ SEXO: _____

Instrucciones:

A continuación, se presentan una serie de preguntas, le pido que lo responda con total sinceridad, leyendo con detenimiento y sin prisa, pensando bien antes de responder. Señale su respuesta marcando con un aspa (X) uno de los casilleros que se encuentra por ítem, utilizando los siguientes criterios:

- NUNCA O CASI NUNCA
- A VECES
- CON BASTANTE FRECUENCIA
- SIEMPRE O CASI SIEMPRE

ESCALA DE AUTOVALORACIÓN DE LA ANSIEDAD DE ZUNG					
PREGUNTAS		Nunca o casi nunca	A vece s	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre
1	Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre.				
2	Me siento con temor sin razón.				
3	Me altero o me angustio fácilmente.				
4	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.				
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.				
7	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.				
8	Me siento débil y me canso fácilmente.				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.				
11	Sufro mareos.				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.				

14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.				
16	Orino con mucha frecuencia.				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.				
18	La cara se me pone caliente y roja.				
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.				
20	Tengo pesadillas.				

Instrumento 2

CUESTIONARIO: HABILIDADES SOCIALES MINSA

A continuación, se presentan una serie de preguntas relacionadas a las acciones que realiza cotidianamente. Señale su respuesta marcando con un aspa (X) uno de los casilleros que se encuentra por ítem, utilizando los siguientes criterios:

S = SIEMPRE

AM = A MENUDO

AV = A VECES

RV = RARAS VECES

N = NUNCA

HABILIDADES SOCIALES						
ASERTIVIDAD		S	AM	AV	RV	N
1	Prefiero mantenerme callado para evitarme problemas					
2	Si un amigo habla mal de mi persona le insulto					
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera					
4	Si un amigo se saca buena nota en el examen no le felicito					
5	Agradezco cuando alguien me ayuda					
6	Me acerco a abrazar a mi amigo cuando es su cumpleaños					
7	Si un amigo falta a una reunión acordada le expreso mi amargura					
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa					
9	Le digo a mi amigo cuando hace algo que no me agrada					
10	Si una persona mayor me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado.					
11	Reclamo agresivamente con insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola					

12	No hago caso cuando mis amigos me presionan para salir con ellos.					
COMUNICACIÓN		S	AM	AV	RV	N
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla					
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen					
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla					
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender					
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo					
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor					
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias					
20	Si estoy nervioso trato de relajarme para ordenar mis pensamientos					
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma					
AUTOESTIMA		S	AM	AV	RV	N
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud					
23	No me siento contento con mi aspecto físico					
24	Me gusta verme arreglado					
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado					
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo cuando realiza algo bueno					
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas					
28	Puedo hablar sobre mis temores					
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera					
30	Comparto mi alegría con mis amigos					

31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante					
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos					
33	Rechazo hacer las tareas de la casa					
TOMA DE DECISIONES		S	AM	AV	RV	N
34	Pienso en varias soluciones frente a un problema					
35	Dejo que otros decidan por mi cuando no puedo solucionar un problema					
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones					
37	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas.					
38	Hago planes para mis vacaciones					
39	Realizo cosas positivas que me ayudaran en mi futuro					
40	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado					
41	Defiendo mi idea cuando veo que mis amigos están equivocados					
42	Si me presionan para salir escapándome del colegio, puedo rechazarlo sin sentir temor y vergüenza a los insultos					

ANEXO N° 03
CARTA DE PRESENTACIÓN A LOS EXPERTOS
CARTA DE PRESENTACIÓN

Tacna, _____ del 2025

Lic./ Enf/ Dra _____

De mayor consideración:

Quien suscribe, Est. Alexander Angel Torres Chura, estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann.

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para presentarle mi proyecto de Investigación titulado “ANSIEDAD Y SU RELACIÓN CON HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025”, a realizarse en el presente año, por lo cual se le pide su opinión como profesional para la validación del instrumento de recolección de datos presente en la investigación.

Se agradece su disponibilidad y tiempo otorgado.

Atentamente,

Adj.

- Matriz de Consistencia
- Operacionalización de Variables
- Consentimiento Informado
- Instrumento de Recolección de Datos
- Validación de juicio de experto de criterios
- Validación de juicio de experto por contenido por ítems

Bach. Alexander Angel Torres Chura

ANEXO N° 04

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO POR CRITERIO PRIMER EXPERTO

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION ANSIEDAD

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... BAUTISTA PIZARRO JACKELINE DEL CARMEN EDAD..... 36...
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO..... I.E.P. ANDRES AVELINO CACERES PUNO.....
3. TITULO PROFESIONAL..... LICENCIADA EN PSICOLOGÍA HUMANA.....
4. GRADO ACADÉMICO..... LICENCIADA..... MENCIÓN EN..... PSICOLOGÍA.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA TACNA 2025"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					90
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					90
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					90
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en, registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					90
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					90
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					90
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					90

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena..... X.....
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:..... 90%..... FECHA Y LUGAR... Tacna, 22 de octubre del 2025....
3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)



 Psic. Jackeline Bautista Pizarro

FORMATOS DE VALIDACIÓN
VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION
HABILIDADES SOCIALES

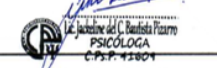
DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... BAUTISTA PIZARRO JACKELINE DEL CARMEN EDAD.....36...
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO..... I.E.P. ANDRES AVELINO CACERES PUNO.....
3. TÍTULO PROFESIONAL..... LICENCIADA EN PSICOLOGÍA HUMANA.....
4. GRADO ACADÉMICO..... LICENCIADA....., MENCIÓN EN..... PSICOLOGÍA.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN " ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA TACNA 2025"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Nº	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena..... X
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95%..... FECHA Y LUGAR... Tacna, 22 de octubre del 2025....
3. OBSERVACIONES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)



 Psic. Jackeline Bautista Pizarro

SEGUNDO EXPERTO

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION
HABILIDADES SOCIALES

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... CORINA CHAVESTA CALLEEDAD...31...
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO..... HIAS PERÚ
3. TÍTULO PROFESIONAL..... LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.....
4. GRADO ACADÉMICO..... SUPERIOR.....MENCION EN.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN “ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COAPAJA, TACNA 2025”

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena.....
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95%.....FECHA Y LUGAR...22/10/2025.....
3. OBSERVACIONES:


 Lic. Corina Elizabeth Chavesta Calle
 PSICOLOGA
 C.Ps.P. N° 35655

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 72281822

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

ANSIEDAD

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... CORINA CHAVESTA CALLE
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO..... HIAS PERÚ
3. TÍTULO PROFESIONAL..... LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
4. GRADO ACADÉMICO..... SUPERIOR MENCION EN.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN “ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025”

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Nº	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena... ✓
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95%..... FECHA Y LUGAR... 22/10/2025.....
3. OBSERVACIONES:


 Lic. Corina Lizbeth Chavesta Calle
 PSICOLOGA
 C.Ps.P. N° 35655

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 72281822

TERCER EXPERTO

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... Sanchez Manayay Gustavo XavierEDAD...32...
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO.....
3. TÍTULO PROFESIONAL.....LICENCIADO EN PSICOLOGÍA.....
4. GRADO ACADÉMICO.....LICENCIADO.....MENCION EN.....PSICOLOGÍA.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en: registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
10.	INDUCCION A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena.....X...
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:.....95%.....FECHA Y LUGAR.....21 de octubre 2025...
3. OBSERVACIÓN ES:


 Gustavo Xavier Sanchez Manayay
 PSICÓLOGO
 C.P. N° 33254

 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 41595052

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... Sanchez Manayay Gustavo Xavier..... EDAD..... 32.....
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO.....
3. TÍTULO PROFESIONAL..... Licenciado en Psicología.....
4. GRADO ACADÉMICO..... Licenciado..... MENCIÓN EN.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS CRUZADA, TAGUA 2025"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95%
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en: registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la Investigación).					95%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena..... X...
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:.....95%.....FECHA Y LUGAR.....21 de octubre 2025...
3. OBSERVACIÓN ES:


 Gustavo Manayay
 PSICÓLOGO
 C. P. 33398

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 41595052

CUARTO EXPERTO

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION ANSIEDAD

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO... RICARDO ARTURO TORRES LINAJA... EDAD...45.....
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO[X]
Universidad Latinoamericana CIMA / Psicólogo Servicio de
Psicología "Dar Bienestar" / Psicoterapeuta
3. TÍTULO PROFESIONAL..... Licenciado en Psicología
4. GRADO ACADÉMICO..... MENCION EN.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "ANSIEDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Nº	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					90%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					90%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					90%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					90%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					90%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					90%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					90%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Buena e) Muy Buena.....X.....
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 90%..... FECHA Y LUGAR.....23/10/2025 TACNA
3. OBSERVACIONES:



FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO... **RICARDO ARTURO TORRES LINAJA** EDAD... **45**.....
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO
Universidad Latinoamericana CIMA / Psicólogo
Servicio de Psicología "Dar Bienestar" / Psicoterapeuta
3. TÍTULO PROFESIONAL..... **Licenciado en Psicología**
4. GRADO ACADÉMICO..... MENCION EN.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN **"ANSIEDAD Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAÑA, TACNA 2025"**

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Nº	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					93%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					93%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					93%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencialógica en las preguntas.					93%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					93%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					93%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					93%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					93%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					93%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					93%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					93%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Buena ... **X**... e) Muy Buena.....
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:..... **95%**..... FECHA Y LUGAR..... **23/10/2025 TACNA**
3. OBSERVES:



QUINTO EXPERTO

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION ANSIEDAD

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO... Dra. Jenny Mendoza Rosado EDAD 64 años
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO Directora de la ESEN/FACSUNJBG
3. TÍTULO PROFESIONAL Licenciada en Enfermería
4. GRADO ACADÉMICO Doctora en Ciencias. MENCIÓN EN... Enfermería
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA TACNA 2025"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					97%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					97%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					97%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					97%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					97%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					97%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					97%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					97%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					97%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					97%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					97%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena...x...
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:..... 97%..... FECHA Y LUGAR... Tacna 27/10/2025
3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique)


FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

CEP: 12872

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION HABILIDADES SOCIALES

DATOS GENERALES:

1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO Dra. Jenny Mendoza Rosado EDAD... 62 años
2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO Docente ESEN/FACS/UNJBG.....
3. TÍTULO PROFESIONAL...Licenciada en Enfermería...
4. GRADO ACADÉMICO... Doctora en Ciencias.....MENCION EN.....Enfermería.....
5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "ANSIEDAD Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA CORONEL FRANCISCO BOLOGNESI, TACNA 2023"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N.º	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					96%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					96%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					96%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					96%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					96%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en: registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					96%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					96%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					96%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					96%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					96%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					96%

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Dra. Jenny Mendoza Rosado

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Doctora en Ciencias, Mención Enfermería

DNI: N.º Colegiatura: 12872

FECHA: Tacna, 27/10/2025


 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI:

ANEXO N°05
VALIDACIÓN DE JUCIO EXPERTO POR ITEMS
PRIMER EXPERTO

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem realice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Ansiedad”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
1	Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre	X			
2	Me siento con temor sin razón.	X			
3	Me altero o me angustio fácilmente.	X			
4	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	X			
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	X			
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.	X			
7	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	X			
8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X			
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.	X			

10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.	X			
11	Sufro mareos.	X			
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.	X			
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.	X			
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.	X			
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.	X			
16	Orino con mucha frecuencia.	X			
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.	X			
18	La cara se me pone caliente y roja.	X			
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.	X			
20	Tengo pesadillas.	X			

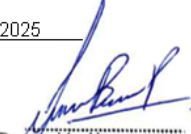

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO:

BAUTISTA PIZARRO, JACKELINE DEL CARMEN

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DNI: 44099762 N.º Colegiatura 41809 FECHA: 22 de octubre de 2025



 Lic. Jackeline del C. Bautista Pizarro
 PSICÓLOGA
 C.P.S.P. 41809
 Psic. Jackeline Bautista Pizarro

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem (realice, si es necesario, sus observaciones).

SEGUNDO INSTRUMENTO: “Cuestionario Habilidades Sociales”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
ASERTIVIDAD					
1	Prefiero mantenerme callado para evitarme problemas	X			
2	Si un amigo habla mal de mi persona le insulto	X			
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera	X			
4	Si un amigo se saca buena nota en el examen no le felicito	X			
5	Agradezco cuando alguien me ayuda	X			
6	Me acerco a abrazar a mi amigo cuando cumple años	X			
7	Si un amigo falta a una reunión acordada le expreso mi amargura	X			
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa	X			
9	Le digo a mi amigo cuando hace algo que no me agrada	X			
10	Si una persona mayor me insulta me defiende sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	X			
11	Reclamo agresivamente con	X			

	insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola	X			
12	No hago caso cuando mis amigos me presionan para salir con ellos.	X			
COMUNICACIÓN					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X			
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen.	X			
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X			
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender.	X			
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo.	X			
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor.	X			
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias.	X			
20	Si estoy nervioso trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X			
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X			
AUTOESTIMA					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
23	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
24	Me gusta verme arreglado	X			
25	Puedo cambiar mi	X			

	comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado				
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo cuando realiza algo bueno	X			
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas	X			
28	Puedo hablar sobre mis temores	X			
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X			
30	Comparto mi alegría con mis amigos	X			
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante	X			
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos	X			
33	Rechazo hacer las tareas de la casa	X			
34	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
35	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
TOMA DE DECISIONES					
36	Pienso en varias soluciones frente a un problema	X			
37	Dejo que otros decidan por mi cuando no puedo solucionar un problema	X			
38	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X			
39	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas.	X			
40	Hago planes para	X			

	mis vacaciones				
41	Realizo cosas positivas que me ayudaran en mi futuro	X			
42	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO:

BAUTISTA PIZARRO, JACKELINE DEL CARMEN

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DNI: 44099762 N° Colegiatura 41609 FECHA: 22 de octubre de 2025



Jackeline Bautista Pizarro

Lic. Jackeline del C. Bautista Pizarro
PSICOLOGA
C.P.S.P. 41609

Psic. Jackeline Bautista Pizarro

SEGUNDO EXPERTO

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem írealice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Ansiedad”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
1	Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre	X			
2	Me siento con temor sin razón.	X			
3	Me altero o me angustio fácilmente.	X			
4	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	X			
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	X			
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.	X			
7	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	X			
8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X			
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.	X			

10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.	X			
11	Sufro mareos.	X			
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.	X			
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.	X			
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.	X			
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.	X			
16	Orino con mucha frecuencia.	X			
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.	X			
18	La cara se me pone caliente y roja.	X			
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.	X			
20	Tengo pesadillas.	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: CHAVESTA CALLE CORINA

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DNI: 72281822

Nº Colegiatura: 35655

FECHA: 22/10/2025



Lic. Corina Lizbeth Chavesta Calle
PSICOLOGA
C.Ps.P. Nº 35655

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 72281822

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem írealice si es necesario, sus observaciones.

SEGUNDO INSTRUMENTO: “Cuestionario Habilidades Sociales”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
ASERTIVIDAD					
1	Prefiero mantenerme callado para evitarme problemas	X			
2	Si un amigo habla mal de mi persona le insulto	X			
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera	X			
4	Si un amigo se saca buena nota en el examen no le felicito	X			
5	Agradezco cuando alguien me ayuda	X			
6	Me acerco a abrazar a mi amigo cuando cumple años	X			
7	Si un amigo falta a una reunión acordada le expreso mi amargura	X			
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa	X			
9	Le digo a mi amigo cuando hace algo que no me agrada	X			
10	Si una persona mayor me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	X			
11	Reclamo agresivamente con	X			

	insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola				
12	No hago caso cuando mis amigos me presionan para salir con ellos.	X			
COMUNICACIÓN					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X			
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen.	X			
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X			
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender.	X			
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo.	X			
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor.	X			
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias.	X			
20	Si estoy nervioso trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X			
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X			
AUTOESTIMA					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
23	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
24	Me gusta verme arreglado	X			
25	Puedo cambiar mi				

	comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado				
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo cuando realiza algo bueno	X			
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas	X			
28	Puedo hablar sobre mis temores	X			
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X			
30	Comparto mi alegría con mis amigos	X			
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante	X			
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos	X			
33	Rechazo hacer las tareas de la casa	X			
34	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
35	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
TOMA DE DECISIONES					
36	Pienso en varias soluciones frente a un problema	X			
37	Dejo que otros decidan por mí cuando no puedo solucionar un problema	X			
38	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X			
39	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas.	X			
40	Hago planes para	X			

	mis vacaciones				
41	Realizo cosas positivas que me ayudaran en mi futuro	X			
42	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: CHAVESTA CALLE CORINA|

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

DNI: 72281822....

Nº Colegiatura:35655.....

FECHA: ...23/10/2025.....



Lic. Corina Lizbeth Chavesta Calle
PSICOLOGA
 C.Pa.P. Nº 35655

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 72281822

TERCER EXPERTO
“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL
INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem írealice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Ansiedad”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
1	Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre	X			
2	Me siento con temor sin razón.	X			
3	Me altero o me angustio fácilmente.	X			
4	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	X			
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	X			
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.	X			
7	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	X			
8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X			
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.	X			

10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.	X			
11	Sufro mareos.	X			
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.	X			
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.	X			
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.	X			
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.	X			
16	Orino con mucha frecuencia.	X			
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.	X			
18	La cara se me pone caliente y roja.	X			
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.	X			
20	Tengo pesadillas.	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Sanchez Manayay Gustavo Xavier

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Licenciado en Psicología

DNI: 41595052

N° Colegiatura: 33150

FECHA: 21/10/2025

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 41595052

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem realice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Habilidades Sociales”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
ASERTIVIDAD					
1	Prefiero mantenerme callado para evitarme problemas	X			
2	Si un amigo habla mal de mi persona le insulto	X			
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera	X			
4	Si un amigo se saca buena nota en el examen no le felicito	X			
5	Agradezco cuando alguien me ayuda	X			
6	Me acerco a abrazar a mi amigo cuando cumple años	X			
7	Si un amigo falta a una reunión acordada le expreso mi amargura	X			
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa	X			
9	Le digo a mi amigo cuando hace algo que no me agrada	X			
10	Si una persona mayor me insulta me defiende sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	X			
11	Reclamo agresivamente con	X			

	insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola				
12	No hago caso cuando mis amigos me presionan para salir con ellos.	X			
COMUNICACIÓN					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X			
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen.	X			
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X			
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender.	X			
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo.	X			
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor.	X			
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias.	X			
20	Si estoy nervioso trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X			
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X			
AUTOESTIMA					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
23	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
24	Me gusta verme arreglado	X			
25	Puedo cambiar mi	X			

	comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado				
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo cuando realiza algo bueno	X			
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas	X			
28	Puedo hablar sobre mis temores	X			
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X			
30	Comparto mi alegría con mis amigos	X			
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante	X			
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos	X			
33	Rechazo hacer las tareas de la casa	X			
34	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
35	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
TOMA DE DECISIONES					
36	Pienso en varias soluciones frente a un problema	X			
37	Dejo que otros decidan por mí cuando no puedo solucionar un problema	X			
38	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X			
39	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas.	X			
40	Hago planes para	X			

CUARTO EXPERTO

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem realice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Ansiedad”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
1	Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre	X			
2	Me siento con temor sin razón.	X			
3	Me altero o me angustio fácilmente.	X			
4	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	X			
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	X			
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.	X			
7	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	X			
8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X			
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.	X			

10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.	X			
11	Sufro mareos.	X			
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.	X			
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.	X			
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies.	X			
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.	X			
16	Orino con mucha frecuencia.	X			
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.	X			
18	La cara se me pone caliente y roja.	X			
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.	X			
20	Tengo pesadillas.	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: TORRES LINAJA RICARDO ARTURO

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: PSICOTERAPEUTA GESTALT

DNI: 41687836 N.º Colegiatura: 39049

FECHA: 23/10/2025

 **Ricardo Torres Linaja**
PSICÓLOGO
C.Ps.P. N° 39049

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem (realice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Habilidades Sociales”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
ASERTIVIDAD					
1	Prefiero mantenerme callado para evitarme problemas	X			
2	Si un amigo habla mal de mi persona le insulto	X			
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera	X			
4	Si un amigo se saca buena nota en el examen no le felicito	X			
5	Agradezco cuando alguien me ayuda	X			
6	Me acerco a abrazar a mi amigo cuando cumple años	X			
7	Si un amigo falta a una reunión acordada le expreso mi amargura	X			
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa	X			
9	Le digo a mi amigo cuando hace algo que no me agrada	X			
10	Si una persona mayor me insulta me defiende sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	X			
11	Reclamo agresivamente con	X			

	insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola	X			
12	No hago caso cuando mis amigos me presionan para salir con ellos.	X			
COMUNICACIÓN					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X			
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen.	X			
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X			
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender.	X			
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo.	X			
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor.	X			
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias.	X			
20	Si estoy nervioso trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X			
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X			
AUTOESTIMA					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
23	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
24	Me gusta verme arreglado	X			
25	Puedo cambiar mi	X			

	comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado	X			
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo cuando realiza algo bueno	X			
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas	X			
28	Puedo hablar sobre mis temores	X			
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X			
30	Comparto mi alegría con mis amigos	X			
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante	X			
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos	X			
33	Rechazo hacer las tareas de la casa	X			
34	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
35	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
TOMA DE DECISIONES					
36	Pienso en varias soluciones frente a un problema	X			
37	Dejo que otros decidan por mí cuando no puedo solucionar un problema	X			
38	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X			
39	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas.	X			
40	Hago planes para	X			

	mis vacaciones				
41	Realizo cosas positivas que me ayudaran en mi futuro	X			
42	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: TORRES LINAJA RICARDO ARTURO

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: PSICOTERAPEUTA GESTALT

DNI: 41687836 N° Colegiatura 39049

FECHA: 23/10/2025


Ricardo Torres Linaja
 PSICÓLOGO
 C.Ps.P. N° 39049

QUINTO EXPERTO

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem realice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Ansiedad de Zung”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
1	Me siento más nervioso y ansioso que de costumbre	X			
2	Me siento con temor sin razón.	X			
3	Me altero o me angustio fácilmente.	X			
4	Me siento como si me estuviera deshaciendo en pedazos.	X			
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme.	X			
6	Me tiemblan los brazos y las piernas.	X			
7	Sufro dolores de cabeza, del cuello y de la espalda.	X			
8	Me siento débil y me canso fácilmente.	X			
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente.	X			

10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón.	X			
11	Sufro mareos.	X			
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar.	X			
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente.	X			
14	Se me adormecen o hinchán los dedos de las manos y pies.	X			
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión.	X			
16	Orino con mucha frecuencia.	X			
17	Generalmente mis manos están secas y calientes.	X			
18	La cara se me pone caliente y roja.	X			
19	Me quedo dormido con facilidad y descanso bien durante la noche.	X			
20	Tengo pesadillas.	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Dra. Jenny Mendoza Rosado

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Doctora en Ciencias.

MENCIÓN en Enfermería

CEP: 12872

N° Colegiatura:

FECHA: Tacna 27/10/2025


FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI:

“VALIDACION DE JUICIO DE EXPERTO DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS”

Por favor marque con una (X) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem realice si es necesario, sus observaciones.

PRIMER INSTRUMENTO: “Cuestionario Habilidades Sociales”

N°	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		Aplicable	Corregir	No aplicable	
		2	1	0	
ASERTIVIDAD					
1	Prefiero mantenerme callado para evitarme problemas	X			
2	Si un amigo habla mal de mi persona le insulto	X			
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera	X			
4	Si un amigo se saca buena nota en el examen no le felicito	X			
5	Agradezco cuando alguien me ayuda	X			
6	Me acerco a abrazar a mi amigo cuando cumple años	X			
7	Si un amigo falta a una reunión acordada le expreso mi amargura	X			
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa	X			
9	Le digo a mi amigo cuando hace algo que no me agrada	X			
10	Si una persona mayor me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado	X			
11	Reclamo agresivamente con	X			

	insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola				
12	No hago caso cuando mis amigos me presionan para salir con ellos.	X			
COMUNICACIÓN					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X			
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen.	X			
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X			
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender.	X			
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo.	X			
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor.	X			
19	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias.	X			
20	Si estoy nervioso trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X			
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X			
AUTOESTIMA					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
23	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
24	Me gusta verme arreglado	X			
25	Puedo cambiar mi	X			

	comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado				
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo cuando realiza algo bueno	X			
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas	X			
28	Puedo hablar sobre mis temores	X			
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X			
30	Comparto mi alegría con mis amigos	X			
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante	X			
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos	X			
33	Rechazo hacer las tareas de la casa	X			
34	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X			
35	No me siento contento con mi aspecto físico	X			
TOMA DE DECISIONES					
36	Pienso en varias soluciones frente a un problema	X			
37	Dejo que otros decidan por mí cuando no puedo solucionar un problema	X			
38	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X			
39	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas.	X			
40	Hago planes para	X			

	mis vacaciones				
41	Realizo cosas positivas que me ayudaran en mi futuro	X			
42	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Dra. Jenny Mendoza Rosado

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Doctora en ciencias mención

Enfermería

DNI: N° Colegiatura:12872

FECHA: Tacna. 27/10/2025



 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI:

ANEXO N° 06

VALIDACIÓN POR CRITERIO DE JUICIO DE EXPERTOS

VALIDEZ POR CRITERIO

Instrumento N° 01: “CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ZUNG”

Criterio	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5
1	90	95	95	90	97
2	90	95	95	90	97
3	90	95	95	90	97
4	90	95	95	90	97
5	90	95	95	90	97
6	90	95	95	90	97
7	90	95	95	90	97
8	90	95	95	90	97
9	90	95	95	90	97
10	90	95	95	90	97
11	90	95	95	90	97

Total **990** **1045** **1045** **990** **1067**

ΣPRI → **5137**

Donde:

$$CPR = \frac{\Sigma PRI / J}{K}$$

$$\Sigma PRI / 500 = 10.274$$

Entonces: $CPR = \frac{10,274}{11} = 0.934$

Rango de Coeficiente de Proporción

< 0,40 Validez y concordancia baja

0,40 - 0,60 Validez y concordancia moderada

0,60-0,80 Validez y concordancia alta

> 0,80 Validez y concordancia muy alta

Esto significa que el instrumento tiene validez y concordancia muy alta

Instrumento N° 02: “CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES”

Indicador	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5
1	95	95	95	93	96
2	95	95	95	93	96
3	95	95	95	93	96
4	95	95	95	93	96
5	95	95	95	93	96
6	95	95	95	93	96
7	95	95	95	93	96
8	95	95	95	93	96
9	95	95	95	93	96
10	95	95	95	93	96
11	95	95	95	93	96
Total	1045	1045	1045	1023	1056

Σ PRI → **5214**

Donde:

$$CPR = \frac{\Sigma PRI / J}{K}$$

$$\Sigma PRI / 500 = 10.428$$

Entonces: $CPR = \frac{10.428}{11} = 0.948$

Rango de Coeficiente de Proporción

< 0,40 Validez y concordancia baja

0,40 - 0,60 Validez y concordancia moderada

0,60-0,80 Validez y concordancia alta

> 0,80 Validez y concordancia muy alta

Esto significa que el instrumento tiene validez y concordancia muy alta

ANEXO N° 07
VALIDEZ DE CONTENIDO

Instrumento N° 01: “CUESTIONARIO ANSIEDAD DE ZUNG”

Ítems	Ex - 1	Ex - 2	Ex - 3	Ex - 4	Ex - 5	AIKEN
1	2	2	2	2	2	1.00
2	2	2	2	2	2	1.00
3	2	2	2	2	2	1.00
4	2	2	2	2	2	1.00
5	2	2	2	2	2	1.00
6	2	2	2	2	2	1.00
7	2	2	2	2	2	1.00
8	2	2	2	2	2	1.00
9	2	2	2	2	2	1.00
10	2	2	2	2	2	1.00
11	2	2	2	2	2	1.00
12	2	2	2	2	2	1.00
13	2	2	2	2	2	1.00
14	2	2	2	2	2	1.00
15	2	2	2	2	2	1.00
16	2	2	2	2	2	1.00
17	2	2	2	2	2	1.00
18	2	2	2	2	2	1.00
19	2	2	2	2	2	1.00
20	2	2	2	2	2	1.00
						1.00

Podemos apreciar que el grado de V-Aiken es de 1 .00 siendo este EXCELENTE, para el instrumento de Ansiedad.

ESCALA DE AIKEN

COEFICIENTE	INTERPRETACIÓN
< 0,70	Eliminado
De 0,70 a 0,80	Se modifica
> 0,70	Excelente

Instrumento N° 02: “Cuestionario Habilidades Sociales”

Ítems	Ex - 1	Ex - 2	Ex - 3	Ex - 4	Ex - 5	AIKEN
1	2	2	2	2	2	1.00
2	2	2	2	2	2	1.00
3	2	2	2	2	2	1.00
4	2	2	2	2	2	1.00
5	2	2	2	2	2	1.00
6	2	2	2	2	2	1.00
7	2	2	2	2	2	1.00
8	2	2	2	2	2	1.00
9	2	2	2	2	2	1.00
10	2	2	2	2	2	1.00
11	2	2	2	2	2	1.00
12	2	2	2	2	2	1.00
13	2	2	2	2	2	1.00
14	2	2	2	2	2	1.00
15	2	2	2	2	2	1.00
16	2	2	2	2	2	1.00
17	2	2	2	2	2	1.00
18	2	2	2	2	2	1.00
19	2	2	2	2	2	1.00
20	2	2	2	2	2	1.00
21	2	2	2	2	2	1.00
22	2	2	2	2	2	1.00
23	2	2	2	2	2	1.00
24	2	2	2	2	2	1.00
25	2	2	2	2	2	1.00
26	2	2	2	2	2	1.00
27	2	2	2	2	2	1.00
28	2	2	2	2	2	1.00
29	2	2	2	2	2	1.00
30	2	2	2	2	2	1.00
31	2	2	2	2	2	1.00
32	2	2	2	2	2	1.00
33	2	2	2	2	2	1.00
34	2	2	2	2	2	1.00
35	2	2	2	2	2	1.00
36	2	2	2	2	2	1.00
37	2	2	2	2	2	1.00

38	2	2	2	2	2	1.00
39	2	2	2	2	2	1.00
40	2	2	2	2	2	1.00
41	2	2	2	2	2	1.00
42	2	2	2	2	2	1.00
						1.00

Podemos apreciar que el grado de V-Aiken es de 1.00 siendo este EXCELENTE, para el instrumento de Habilidades Sociales.

ESCALA DE AIKEN

COEFICIENTE	INTERPRETACIÓN
< 0,70	Eliminado
De 0,70 a 0,80	Se modifica
> 0,70	Excelente

ANEXO N° 08
VALIDEZ POR CONSTRUCTO

INSTRUMENTO N° 01: “CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ZUNG”

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,849
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	268,921
	gl	91
	Sig.	,000

INSTRUMENTO N° 02: “HABILIDADES SOCIALES”

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,897
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	285,984
	gl	190
	Sig.	,000

Criterio para decidir sobre la adecuación del análisis factorial de un conjunto de datos:

ESCALA DE VALORACIÓN	
$0,9 \leq KMO \leq 1,0$	Excelente adecuación muestral
$0,8 \leq KMO \leq 0,9$	Buena adecuación muestral
$0,7 \leq KMO \leq 0,8$	Aceptable adecuación muestral
$0,6 \leq KMO \leq 0,7$	Regular adecuación muestral
$0,5 \leq KMO \leq 0,6$	Mala adecuación muestral
$0,0 \leq KMO \leq 0,5$	Adecuación muestral inaceptable

El valor del KMO para los instrumentos es mayor a 0,8 por lo que se considera una regular adecuación muestral.

ANEXO N° 09

Confiabilidad de los instrumentos

INSTRUMENTO N°01: "CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ZUNG"

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

ALFA DE CRONBACH: CUESTIONARIO DE ANSIEDAD DE ZUNG

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,838	20

ESCALA DE MEDICIÓN:

Como criterio general, George y Mallery (2003, p. 231) sugiere las siguientes recomendaciones para evaluar los coeficientes de alfa de Cronbach:

- Coeficiente alfa >.9 es excelente
- Coeficiente alfa >.8 es bueno
- Coeficiente alfa >.7 es aceptable
- Coeficiente alfa >.6 es cuestionable
- Coeficiente alfa >.5 es pobre

CONFIABILIDAD DE ANSIEDAD

De acuerdo con los resultados, el alfa de Cronbach es de 0.838 por lo que se puede afirmar que es BUENO, por consiguiente, el instrumento puede ser utilizado.

INSTRUMENTO N° 02: “CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES”

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

ALFA DE

Estadísticas de fiabilidad

CRONBACH:

Alfa de Cronbach	N de elementos
,862	42

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

ESCALA DE MEDICIÓN:

Como criterio general, George y Mallery (2003, p. 231) sugiere las siguientes recomendaciones para evaluar los coeficientes de alfa de Cronbach:

- Coeficiente alfa >.9 es excelente
- Coeficiente alfa >.8 es bueno
- Coeficiente alfa >.7 es aceptable
- Coeficiente alfa >.6 es cuestionable
- Coeficiente alfa >.5 es pobre

CONFIABILIDAD DE HABILIDADES SOCIALES

De acuerdo con los resultados, el alfa de Cronbach es de 0.862 por lo que se puede afirmar que es BUENO, por consiguiente, el instrumento puede ser utilizado.

ANEXO N° 10
RESOLUCIÓN DE FACULTAD PARA EJECUCIÓN DE TESIS



UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuelas Profesionales de: Obstetricia, Enfermería, Medicina Humana, Odontología,
Farmacia y Bioquímica

RESOLUCIÓN DE FACULTAD N° 14287-2025-FACS-UNJBG
Tacna, 14 de octubre del 2025

VISTO:

El Oficio N° 762-2025-ESEN/FACS, la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, solicita designación de Asesor para el Proyecto de tesis y autorización para ejecución presentado por el(la) Bach. ALEXANDER ANGEL TORRES CHURA;

CONSIDERANDO:

Que, se deberá tener presente que en el Reglamento de Grados y Títulos de la UNJBG, aprobado mediante la R.R. N° 12401-2023-UNJBG, (11.12.2023), en el *Capítulo VI del asesor de Tesis, Art. 14° - Previa carta de conformidad del asesor, el o los interesados solicitarán al Director de la Escuela profesional de aprobación del proyecto de tesis, el mismo que se otorgará mediante Resolución de Facultad, teniendo un periodo máximo de un (01) año para la ejecución de la tesis;*

Que, el(la) Bach. ALEXANDER ANGEL TORRES CHURA, de la Escuela Profesional de Enfermería solicita la designación de un Asesor;

Que, con el Oficio N° 762-2025-ESEN/FACS, la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, designa como asesor a la Dra. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ, para el proyecto de tesis titulado: ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA - 2025, presentado por el(la) Bach. ALEXANDER ANGEL TORRES CHURA;

Que, teniendo la opinión favorable de su asesor se procede con la continuidad de tramite;

De conformidad con el Art. 70° numeral 70.2 de la Ley Universitaria N° 30220, Art. 171. inc b). del Estatuto de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, y en uso de las atribuciones conferidas a la Sra. Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud;

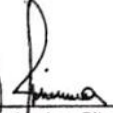
SE RESUELVE:

ART. 1°: Oficializar la Designación como Asesor a la Dra. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ, para el Proyecto de Tesis titulado: ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA - 2025, presentado por el(la) BACH. ALEXANDER ANGEL TORRES CHURA, de la Escuela Profesional de Enfermería.

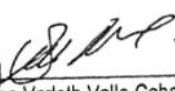
ART. 2°: Aprobar y autorizar la ejecución de Proyecto de Tesis presentado por el(la) ALEXANDER ANGEL TORRES CHURA, de la Escuela Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Dra.  Myriam Pilco Velásquez
DECANA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DISTR. ESEN, ARCH.



Dra.  Vanessa Varleth Valle Cohalla
SECRETARÍA ACADÉMICA ADMINISTRATIVA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

VVVC/tr.-

Av. Miraflores s/n Ciudad Universitaria - Central Telefónica 583000 Anexo 2226 Casilla Postal 316.

ANEXO N° 11

AUTORIZACIÓN DE PRUEBA PILOTO



Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

OFICIO N° 811-2025-ESEN/FACS

Tacna, 24 de octubre de 2025

Señor:
MG. HÉCTOR YUFRA TENORIO
DIRECTOR DE LA I.E. ENRIQUE PAILLARDELLE 42238
Presente. -

ASUNTO : AUTORIZACION PARA PRUEBA PILOTO

Referencia : Solicitud S/N – Bach. Alexander Ángel Torres Chura



Es muy grato dirigirme a Ud., para saludarlo cordialmente y, a la vez, hacer de su conocimiento que el **BACH. ALEXANDER ÁNGEL TORRES CHURA**, viene desarrollando su proyecto de tesis titulado: **ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025**, bajo la asesoría de la **DRA. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ**.

Por tal motivo, agradeceré se sirva autorizar la **PRUEBA PILOTO**, mediante la aplicación de dos cuestionarios: Cuestionario de Ansiedad y Cuestionario de Habilidades Sociales, dirigido a 30 estudiantes del 3er grado del nivel secundario de la I.E. I.E. ENRIQUE PAILLARDELLE 42238; por lo que solicito brindar las facilidades necesarias al mencionado tesista.

Para las coordinaciones pertinentes, puede comunicarse con la Bach. Alexander Ángel Torres Chura al número de celular 979448567.

Sin otro particular, y agradeciendo de antemano su colaboración, me despido de usted con las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
TACNA

Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado
Directora de la Escuela Profesional de Enfermería

Cc. Archivo
JCMR/vae

Teléfono: 583000 Anexo 2227 e-mail: esen@unjbg.edu.pe
Ciudad Universitaria Av. Cusco esquina con Av. Miraflores s/n Tacna - Perú

ANEXO N° 12

AUTORIZACIÓN PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO



Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

OFICIO N° 838-2025-ESEN/FACS

Tacna, 04 de noviembre de 2025

Señora:

DRA. MARÍA FLORES SÁNCHEZ

DIRECTORA DE LA I.E. GERARDO ARIAS COPAJA

Presente. -



ASUNTO : AUTORIZACION PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Referencia : Solicitud S/N – Bach. Alexander Ángel Torres Chura

Es muy grato dirigirme a Ud., para saludarla cordialmente y, a la vez, hacer de su conocimiento que el **BACH. ALEXANDER ÁNGEL TORRES CHURA** viene desarrollando su proyecto de tesis titulado: **ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025**, el cual ha sido aprobado mediante Resolución de Facultad N.° **14287-2025-FACS-UNJBG**, bajo la asesoría de la **DRA. YOLANDA PAULINA TORRES CHAVEZ**.

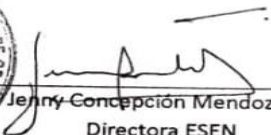
Por tal motivo, agradeceré se sirva autorizar la **EJECUCIÓN DEL PROYECTO DE TESIS**, mediante la aplicación de dos cuestionarios: cuestionario de ansiedad (20 ítems) y cuestionario de habilidades sociales (42 ítems), dirigido a los estudiantes de 3er año A, B y C, del nivel secundario de la I.E. GERARDO ARIAS COPAJA; por lo que solicito brindar las facilidades necesarias al mencionado tesista.

Para las coordinaciones pertinentes, puede comunicarse con el Bach. Alexander Ángel Torres Chura al número de celular 979448567.

Sin otro particular, y agradeciendo de antemano su colaboración, me despido de usted con las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,




Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado
Directora ESEN

Cc. Archivo
JCMR/vae

Teléfono: 583000 Anexo 2227 e-mail: esen@unjbg.edu.pe
Ciudad Universitaria Av. Cusco esquina con Av. Miraflores s/n Tacna - Perú

ANEXO N° 13

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO DE INVESTIGACION: ANSIEDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GERARDO ARIAS COPAJA, TACNA 2025										
Problema	Objetivos	Hipótesis	Operacionalización de variables							Metodología
			Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala Valorativa	Escala Numérica	
<p>¿Existe relación entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025?</p>	<p>GENERAL: Relacionar la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna 2025</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Describir la caracterización de la población de estudio del 3er grado de secundaria. - Identificar los niveles de ansiedad en los estudiantes - Describir los niveles de 	<p>ALTERNA: Si existe relación significativa entre ansiedad con las habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja.</p> <p>NULA: No existe relación significativa entre ansiedad con las habilidades</p>	<p>Variable 1: Ansiedad</p>	<p>Son sentimientos y/o emociones que son generados por estar presente en situaciones cotidianas o estresantes, en donde se la manifestación de diversos síntomas se hace presentes, como la preocupación, miedo excesivos y continuos, tensión muscular, taquicardia, lo cual altera de manera simultánea la percepción y cognición.</p>	<p>Afectiva /Psicológico</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Miedo - Angustia - Desintegración mental - Aprehensión 	<p>1 – 5</p>	<p>ESCALA LIKERT</p> <p>Ansiedad:</p> <p>Nunca o Casi Nunca</p> <p>A veces</p> <p>Con bastante frecuencia</p> <p>Siempre o Casi siempre</p>	<p>Ordinal</p>	<p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Tipo de investigación: Descriptivo</p> <p>Método: deductivo y analítico</p> <p>Población: constituida por aproximadamente 105 estudiantes de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna.</p> <p>Unidad de análisis: Compuesta por los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja.</p> <p>Muestra: Estuvo compuesta por los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja, Tacna, 2025.</p> <p>Muestreo: no probabilístico</p> <p>Consideraciones Éticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - principios éticos - consentimiento informado
<p>Somático</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Temblores - Dolores y molestias corporales - Tendencia a la fatiga y debilidad - Intranquilidad - Palpitaciones - Mareos - Desmayos - Transpiración - Parestesias - Náuseas y vómitos - Frecuencia urinaria - Bochornos - Insomnio 	<p>6 – 20</p>	<p>Sin ansiedad (0 a 45 puntos)</p> <p>Leve (45 a 59 puntos)</p> <p>Moderada (60 a 74 puntos)</p> <p>Grave (75 a más puntos)</p>							

	habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria.	sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Gerardo Arias Copaja.				- Pesadillas				- confidencialidad de datos
	- Relacionar la ansiedad y las habilidades sociales en los estudiantes del 3er grado de secundaria.									Técnicas de procesamiento y análisis de datos para instrumentos de recolección
			Variable 2: Habilidades sociales							Técnica: Encuesta
					Asertividad	- Actitud y/o conducta asertiva	1 – 12	ESCALA LIKERT Habilidades sociales: N= Nunca RV= Raras Veces AV= A veces AM= A Menudo S= Siempre Bajo (0 - 126) Promedio (127 – 161) Alto (162 – .174)	Ordinal	Instrumentos:
		Comunicación		- Escucha activa	13 – 21	- Cuestionario "Ansiedad ZUNG"				
		Autoestima	- Autovaloración - Autoconocimiento	22 – 33	- Cuestionario "Habilidades sociales"					
		Toma de decisiones	- Capacidad de análisis y respuesta ante dificultades y/o problemas presentes.	34 – 42	Validez y confiabilidad de datos: validado por 5 expertos en campo					
									Técnica para procesamiento de datos: Se utilizará el programa de SPSS - 25	
									Técnica para la presentación, el análisis e interpretación de datos:	
									Tablas de contingencia y gráficos	
									Técnicas para el informe final:	
									De acuerdo al protocolo de la ESEN	