



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

HABILIDADES SOCIALES Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE  
SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS, ATE 2019

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE**  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

**AUTORA**

MAYRA NATALI LLALLIRE MELENDEZ

ORCID: 0000-0001-7981-5322

**ASESORA**

MAG. KATIA MARILYN CHACALTANA HERNANDEZ

ORCID: 0000-0003-0327-6152

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD EDUCATIVA

**LIMA, PERÚ, ABRIL DE 2021**

## **DEDICATORIA**

A nuestro creador, a mis padres por motivarme a alcanzar mis sueños y mostrarme su confianza mediante su amor, a mi hermana Evelyn quien me acompaña en todo el proceso y me motiva cada día a seguir caminando hacia mis metas, a mi hermana Jacqueline que desde el cielo nos cuida, a mis abuelos por inculcarme valores y enseñanzas para la vida, y a cada uno de los integrantes de mi familia, quienes me inspiraron a creer y confiar en mí, este logro es para ellos.

## **AGRADECIMIENTOS**

A la facultad de ciencias humanas de la Universidad Autónoma del Perú, por abrirme sus puertas para lograr uno de mis sueños, ya que sin esta oportunidad no lo hubiera logrado. A mi estimada asesora Mag. Katia Marilyn Chacaltana Hernández, por su infinita paciencia, por brindarme su gran conocimiento y sobre todo por su apoyo en todo el proceso. A mi amada abuela Juvenciona Arias, quien con su amor y su confianza me animaba día a día a concluir con la investigación, un eterno agradecimiento hasta el cielo. A mi hermana Evelyn y mi prima Janeth por hacer más llevadero los momentos difíciles en el camino. A Jannet Luciano, Renzo Pretil, Bianca Da Costa, Evelin Rivera, Juan Chiroque, Edgar Cusipuma, quienes con su gran amistad estuvieron motivándome a continuar y me acompañaron hasta concluir con la investigación. A cada uno de mis amigos quienes me dieron una palabra de aliento en el transcurso de la carrera a todos ellos muchas gracias.

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA</b> .....	2
<b>AGRADECIMIENTOS</b> .....	3
<b>RESUMEN</b> .....	6
<b>ABSTRACT</b> .....	7
<b>RESUMO</b> .....	8
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	9
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Realidad problemática .....	12
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	15
1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos. ....	18
1.4. Limitaciones de la investigación.....	18
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes de estudios .....	21
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	26
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	39
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	42
3.2. Población y muestra .....	43
3.3. Hipótesis.....	44
3.4. Variables – Operacionalización .....	44
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	48
3.6. Procesamiento de los datos.....	48
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS</b>	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	55
4.2. Contrastación de hipótesis.....	58
<b>CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
5.1. Discusiones.....	63
5.2. Conclusiones .....	66
5.3. Recomendaciones .....	68
<b>REFERENCIAS</b>	
<b>ANEXOS</b>	

## LISTA DE TABLAS

- Tabla 1 Operacionalización de la variable habilidades sociales.
- Tabla 2 Operacionalización de la variable calidad de vida.
- Tabla 3 Distribución de niveles de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234).
- Tabla 4 Distribución de niveles de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate (n=234).
- Tabla 5 Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de los instrumentos de habilidades sociales y calidad de vida (n=234).
- Tabla 6 Correlación entre habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)
- Tabla 7 Correlación entre las dimensiones de habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)
- Tabla 8 Correlación entre las dimensiones de calidad de vida y habilidades sociales en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)
- Tabla 9 Estadísticos de contraste según sexo de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)
- Tabla 10 Estadísticos de contraste según sexo de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)

# HABILIDADES SOCIALES Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS PÚBLICAS, ATE 2019

MAYRA NATALI LLALLIRE MELENDEZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue identificar la relación entre las habilidades sociales y calidad de vida de los estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019, la investigación fue correlacional, con un diseño no experimental, la muestra fue de 234 estudiantes, de ambos sexos a los cuales se les aplicó la Escala de habilidades sociales de Gismero (2002) y el Cuestionario de evaluación de la calidad de vida de alumnos adolescentes de Gómez y Verdugo (2009), en los resultados se mostró que presenta relación significativa entre las variables habilidades sociales y calidad de vida ( $\rho=.273$ ;  $p<.01$ ). Ello evidenció que, a más habilidades sociales, mas es la calidad de vida en los estudiantes o viceversa.

**Palabras clave:** habilidades sociales, calidad de vida, adolescentes.

**SOCIAL SKILLS AND QUALITY OF LIFE IN SECONDARY STUDENTS FROM  
TWO EDUCATIONAL INSTITUTIONS, ATE 2019**

**MAYRA NATALI LLALLIRE MELENDEZ**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**ABSTRACT**

The objective of this study was to identify the relationship between social skills and quality of life of high school students from two public educational institutions, Ate 2019, the research was correlational, with a non-experimental design, the sample was 234 students, of both sexes to whom the Social Skills Scale of Gismero (2002) and the Questionnaire for the evaluation of the quality of life of adolescent students, Gómez y Verdugo (2009) were applied, in the results it was shown that it presents a significant relationship in the variables social skills and quality of life ( $\rho = .273$ ;  $p < .01$ ). This shows us that, the more social skills, the higher the quality of life in the students or vice versa.

**Keywords:** social skills, quality of life, adolescents.

# HABILIDADES SOCIAIS E QUALIDADE DE VIDA EM ESTUDANTES SECUNDÁRIOS DE DUAS INSTITUIÇÕES DE EDUCAÇÃO, ATE 2019

MAYRA NATALI LLALLIRE MELENDEZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

## RESUMO

O objetivo deste estudo foi identificar a relação entre habilidades sociais e qualidade de vida de alunos do ensino médio de duas instituições de ensino públicas, Ate 2019, a pesquisa foi correlacional, com desenho não experimental, a amostra foi de 234 alunos, de ambos os sexos aos quais se aplicou a Escala de Habilidades Sociais de Gismero (2002) e o Questionário para avaliação da qualidade de vida de adolescentes escolares, Gómez y Verdugo (2009), nos resultados foi mostrado que apresenta uma relação significativa nas variáveis habilidades sociais e qualidade de vida ( $\rho = 0,273$ ;  $p < 0,01$ ). Isso nos mostra que, quanto mais habilidades sociais, maior a qualidade de vida dos alunos ou vice-versa.

**Palavras-chave:** habilidades sociais, qualidade de vida, adolescentes.



## INTRODUCCIÓN

El contar con habilidades sociales desarrolladas nos permitirá obtener una vida más equilibrada y adaptable a las circunstancias que se muestran en la vida cotidiana, esto nos hará experimentar una mejorada calidad de vida al presentarse cada etapa del desarrollo de crecimiento o madurez del individuo, logrando así el bienestar no solo de él, sino también de la sociedad.

Esta investigación buscó mostrar los niveles de Habilidades sociales y Calidad de vida en los alumnos del grado de secundario, esta investigación se realizó aplicando el cuestionario que proporciona Verdugo sobre la calidad de vida y la escala de habilidades sociales la cual es proporcionada por Gismero (2002), al obtener los resultados podremos detallar posteriormente acotaciones para realizar una labor de forma preventiva para la problemática que presentan las instituciones educativas.

Se presentó esta investigación dividida en cinco capítulos. Se dio a conocer la problemática que presentan las instituciones educativas en el capítulo I, con esta información se plantearon los objetivos. En este capítulo también se mencionaron las limitaciones que acontecieron al transcurso de la realización de la presente.

Se explicó el marco teórico de las variables en el capítulo II, también los antecedentes nacionales, así como los antecedentes internacionales, detallando también las teorías con las que cuentan las variables.

Se detalló la metodología de estudio en el capítulo III, así como la muestra y las hipótesis, también se hace mención detallada de los instrumentos que se emplearon para la recopilación de la información de datos, las cuales fueron utilizados en el presente estudio.

Se realizó el análisis e interpretación de los datos obtenidos en el capítulo IV, donde la explicación se realizó mediante los cuadros estadísticos.

Al culminar, en el capítulo V, se dio a conocer los resultados, la discusión y las recomendaciones en base los resultados obtenidos, esperando que sea de utilidad para las instituciones educativas generando un aporte.

**CAPÍTULO I**  
**PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### 1.1. Realidad problemática

El individuo es dador de una serie de características propias a su condición de persona tanto a nivel cognitivo y afectivo; así como también de sus intereses, actitudes, asertividades, empatía y socialmente las habilidades que le permite convivir dentro de un contexto socio cultural; si estas características se estimulan y desarrollan adecuadamente es probable que alcancen una óptima y placentera vida; en estos términos a nivel mundial depende de la formación que reciban los adolescentes en el contexto familiar, educativo y social.

Gismero (2002) indica que las habilidades sociales tienen sus inicios aproximadamente en los años 30 en ese entonces aún no se nombraban así, la autora llevo a encontrar que desde la psicología social diversos autores mencionaban las habilidades sociales, lo cual fue visto como adversidad; después con sus revisiones va descubriendo teóricos freudianos como Sullivan, Horney, Adler, White, etc. Donde analizan las primeras relaciones sociales y descubren aspectos de baja adaptación de las personas; por los años 50 en la universidad de Michigan se realizaron algunas investigaciones sobre habilidades sociales para descubrir el estilo más eficaz de supervisión laboral; menciona también que dichas habilidades han sido estudiadas de diversas maneras en Estados Unidos e Inglaterra, ya que en Estados Unidos la investigación tuvo un enfoque clínico como de consulta, a diferencia de Inglaterra donde se enfocaron en lo que concierne a la psicología ocupacional.

Gómez (2007) refiere que en estos últimos años se tiene más en cuenta la calidad de vida, porque es parte de los trabajos que se realizan a nivel social y humano, con ello pueden medir sus resultados, muestra también que hay mayor cantidad de investigaciones en adolescentes a diferencias de otros grupos de población; el adolescente está lleno de cambios en esta etapa a de su vida la cual

tiene mucha importancia en su bienestar ya que esto va hacer referencia si presenta o no una vida adecuada, estudios demuestran que las conductas que podrían desarrollarse, las cuales podrían ser de riesgo, son conductas como la violencia, drogadicción, etc. Tienen relación asociado a la calidad de vida que manifiestan en su desarrollo.

En el año 2003, Unesco recolectó datos mediante encuestas para una investigación sobre habilidades sociales en América Latina, ya que menciona la importancia de ciertas destrezas para el desempeño laboral y también educativo, en el resultado nos muestra que las competencias que presentan las habilidades sociales ayudaran a lograr una mejor sociabilización entre las personas, logrando una comunicación asertiva y eficaz que contribuirá en mantener un adecuado estado en su vida; menciona también que parte de las conclusiones de la pesquisa da a relucir que las habilidades son moldeables y que el núcleo familiar cumple una función muy significativa en cuanto a desarrollar habilidades en el niño, cabe mencionar que en las escuelas se puede trabajar habilidades sociales para que posteriormente alcancen con mayor facilidad triunfar en la vida.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (2014), también conocida por sus siglas OMS, en el año 2014 manifestó que la adolescencia y sus cambios, sumado al ambiente social en el que se desarrollan afecta de manera considerable en la vida de los adolescentes las cuales también se manifestarán en los años posteriores a la adolescencia, por lo mencionado se puede observar en la salud como enfermedades de transmisión sexual, desnutrición, adicciones, alcoholismo, tabaquismo, depresión y también en actitudes antisociales, etc. En una breve estadística Informan que uno de cada tres adolescentes presenta obesidad y que al menos la mitad de los jóvenes varones adolescentes había sufrido lesiones en el año

anterior, el índice de suicidio presenta un número alto en la adolescencia, se menciona también que dificultades de salud mental, que se manifiestan en los 14 años está abarcando en un aproximado del 50%. Como alternativa de mejora en la vida del adolescente según las estadísticas que presentan indican que sería de mucha ayuda que en los colegios se puedan desarrollar actividades informativas, esto se manifestará en una mejor salud y desarrollo del adolescente, así como también en el rendimiento educativo y mejorará sus habilidades sociales con su entorno.

En el Perú, el Ministerio de Educación (2016) informó que hay una necesidad de desarrollar habilidades sociales por las exigencias laborales y sociales que se presentaran posteriormente a los adolescentes cuando lleguen a la vida adulta, los avances a nivel psicológico nos otorgan diferentes herramientas para poder realizar mejoras y así alcanzar una mejor relación en nuestro entorno familiar, laboral, educativo; se ha notado que los adolescentes están presentando ciertas carencias para relacionarse. Indica que las habilidades sociales demostraron presentar predominio en diversas mediciones de resultados sociales las cuales se reflejan en una mejor salud, bienestar subjetivo y una mejor conducta.

El Programa Integral Nacional para el Bienestar Familiar (INABIF) desarrolló un programa dirigido a los adolescentes donde también se incluyó a los niños y niñas que presentaban un estado de abandono ya que como es de conocimiento en el Perú existen muchos adolescentes y también niños en situación de desprotección y riesgo, este programa fue implementado para acoger a aquellos adolescentes y también niños que presentan un estado de descuido en las calles o que presentan padres que no les otorgan los cuidados necesarios. El objetivo de este programa es que puedan desarrollar y fortalecer habilidades sociales y personales para que puedan posteriormente mejorar su calidad de vida o insertarse al mercado laboral, este

programa incluyo actividades lúdicas, orientación sobre el adecuado uso de sus tiempos libres para evitar los riesgos y orientación a los padres para el fortalecimiento del vínculo familiar (Andina, 2014).

Se aprecia que hay bajo interés por la importancia en cuanto a las habilidades sociales en correspondencia con la calidad de vida con respecto a los alumnos, en las instituciones educativas donde se realizará el estudio, por lo mismo, cada vez se presentan más casos de estudiantes con problemas de comunicación entre pares, inasistencias en las horas de clases, falta de respeto a los docentes, bajo rendimiento académico, y por ende una inadecuada calidad de vida, ya que al no desarrollar sus habilidades estamos presenciando que los adolescentes no tienen una idea clara de lo que realizarán una vez que hayan concluido el nivel secundario, también nos otorgan referencias claras sobre las elecciones que están realizando en su día a día siendo más vulnerables a tomar acciones inadecuadas como el pandillaje, la drogadicción e incluso actos delictivos. Por lo ya mencionado, se ve la necesidad de identificar sus habilidades sociales y medir en que repercute en su calidad de vida durante la adolescencia.

## **1.2. Justificación e importancia de la investigación**

La exploración antes mencionada, se llevará a cabo con el fin de implantar la relación de habilidades sociales y calidad de vida de los estudiantes de nivel secundario, en el distrito de ate, donde se ubicó la problemática.

A nivel teórico Gismero (2002) indagó y mostró la importancia acerca de las habilidades sociales, por ello indica que el individuo en las diversas etapas de la vida se pasa interactuando, nos vemos inmersos en muchos sistemas, con reglas y roles diferentes, desenvolvemos en ellos requiere de destrezas sociales que tenemos que ir adquiriendo. También es frecuente que en ocasiones que en muchos de nosotros

presentemos inconvenientes para proteger y comunicar nuestros propios derechos, expresar nuestros sentimientos, decir en público nuestras opiniones, por citar alguno de los casos.

Debido a las evidencias los estudiantes de secundaria manifiestan ciertas dificultades para tener una comunicación adecuada con sus semejantes, familiares y el ámbito que los comprende, llevándolos cada vez a más conductas desadaptativas que los obstaculiza para alcanzar la óptima calidad de vida y los sumerge en actos de riesgo como la delincuencia, drogadicción o embarazos no deseados.

A nivel metodológico la escala de habilidades sociales aporta información sobre los aspectos estadísticos, desde ambos punto de vista de fiabilidad como de validez las muestras corregidas en total son de 1775 las cuales se realizaron en tres grupos y para la calidad de vida donde se empleó un temario de evaluación de la calidad de vida en estudiantes adolescentes, se revisaron modelos con fines de interés científico, realizaron una limitación en la revisión de aquellos modelos más difundidos y con mayor fundamentación científica lo cual permitió elaborar una lista de dimensiones y los indicadores que permitieron elaborar el constructo calidad de vida, también se han realizado varios análisis para mostrar la fiabilidad.

A nivel práctico podremos identificar con cuáles habilidades sociales o conductas asertivas cuentan los estudiantes, se obtendrá mayor información para poder incluir ciertas herramientas que potenciaran el desarrollo y la mejora de estas habilidades, lo cual los llevará a tener elecciones más adecuadas en cuanto a su vida cotidiana y a futuro, disminuyendo así las conductas de riesgo como la delincuencia, drogadicción o embarazos no deseados en la adolescencia.

A nivel social la mencionada investigación también brindará aportes para prevenir casos de violencia o agresión entre estudiantes porque se fortalecerá las



habilidades sociales adecuadas entre los mismos. Según la información otorgada por el Ministerio de Educación (2019) por medio de la página de SíseVe se indicó que en el departamento de Lima Metropolitana se registraron 14126 casos de violencia escolar; identificando las habilidades sociales con las que se tiene que trabajar y adecuar para el aprendizaje de los estudiantes, permitiéndonos así poder reducir de manera considerable aquellas formas de violencia en las instituciones educativas, también les permitirá a los profesores contar con más clara información acerca del tema. Es el deber de los profesores como educadores brindarles más información a los estudiantes para desarrollar mejores habilidades sociales, con lo ya mencionado contribuirán a que el estudiante realice mejores elecciones en su vida.

Los estudiantes del nivel secundario son considerados de gran importancia porque al tener en cuenta las habilidades sociales con las que presentan y trabajando para su mejora podremos aportar en un mejor futuro en sus vidas adultas, siendo más asertivos en la carrera que elijan posterior al término de la etapa de estudiantes en las instituciones educativas, permitiéndoles en el futuro contar con una mejor calidad de vida para ellos y para su entorno.

Esta investigación será de relevancia social porque permitirá contribuir a mejorar las habilidades sociales y calidad de vida en los escolares de secundaria al facilitarle a los padres información de las habilidades que hay que fortalecer en sus hijos ya que ellos son los responsables de su primera educación y bienestar en la etapa estudiantil y en un futuro, permitiendo así que posteriormente se desempeñen mejor en su vida laboral familiar y en su entorno en general.

Por lo mencionado se plantea investigar la relación de habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes adolescentes, y generar un aporte en las mejoras que se podrían implementar.

### **1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre habilidades sociales y calidad de vida en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- a. Establecer los niveles de la variable de habilidades sociales y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.
- b. Establecer los niveles de la variable de calidad de vida y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.
- c. Determinar la relación entre las dimensiones de la variable habilidades sociales y la variable de calidad de vida en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.
- d. Determinar la relación entre las dimensiones de la calidad de vida y la variable habilidades sociales en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.
- e. Determinar si existen diferencias según sexo de la variable habilidades sociales y sus dimensiones de los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.
- f. Determinar si existen diferencias según sexo de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

### **1.4. Limitaciones de la investigación**

Las limitaciones que se mostraron en el momento de la investigación fueron la distancia y la ubicación de los colegios nacionales, ya que el distrito de Ate es uno de

los distritos más grandes de Lima metropolitana y la investigación se desarrolló en instituciones educativas que podrían presentar la problemática acorde a las variables de la investigación.

Otra de las dificultades fue el tema teórico ya que no se encontró investigaciones donde se presente la relación de las dos variables, de igual forma la limitación también se presentó al buscar datos estadísticos a nivel local, nacional, latinoamericano y global.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de estudios**

### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Orbea (2019) investigo sobre la relación que se hallan entre las variables de inteligencia emocional y habilidades sociales, esta investigación se realizó a estudiantes del país de Ecuador de la ciudad de Cantón Ambato, siendo una indagación con orientación cuantitativo, descriptivo, correlacional, con corte transversal, en una muestra de 187 casos, se realizó la evaluación de los adolescentes mediante el test de inteligencia emocional TMMS - 24 (Trait meta-mood scale), en la variable de habilidades sociales utilizo la escala de habilidades sociales realizada por Gismero (2002). Los resultados muestran que en los adolescentes de la unidad educativa presentan relación significativa en con ilación a la inteligencia emocional y habilidades sociales, en la subescala de reparación emocional da como resultado un resultado elevado y en el test de habilidades sociales un nivel medio, mostrando en la subescala de expresión de enfado o disconformidad mayor énfasis, con lo ya mencionado se llega a corroborar la hipótesis planteada es esta investigación.

Torres (2018) investigó sobre los estilos de crianza y habilidades sociales en los escolares adolescentes de la escuela Guillermo kadle de la provincia de Napo, siendo esta una investigación con enfoque cuantitativo correlacional, corte transversal, utilizando el inventario de habilidades sociales de Goldstein y la escala de socialización parental ESPA29, la muestra fue de 70 alumnos en las edades de 12 y 18 años, en los resultados se obtuvo que la madre es quien emplea mayormente el estilo de crianza autoritativo y el autoritario por el padre, también se obtiene que las habilidades sociales presentan niveles bajos, luego el medio y en consecución los niveles altos, como conclusión se da a conocer que existe concordancia entre los

estilos de crianza del padre y las habilidades sociales, mostrando diferencia del estilo de crianza de a madre donde se presenta una correlación negativa.

Rosales (2013) desarrollo el estudio a cerca de La calidad de vida que presentan los estudiantes en santa cruz del Quiché donde nos da a conocer sobre la satisfacción personal mediante las dimensiones que han sido colocadas. siendo de tipo descriptivo, para identificar cual es la calidad de vida de los adolescentes que se encuentran estudiando el a institución educativas hasta los 16 años, en esta investigación se usó el CCVA (Cuestionario de Evaluación de la Calidad de Vida de los estudiantes Adolescentes) de Gómez y Verdugo (2009) donde se concluye que gran parte de los adolescentes (85%) muestran satisfacción en cuanto a su calidad de vida, también se revela que los adolescentes entre 12 a 13 años reflejan mayor agrado, dando a comprender que muestran satisfacción en su vida dentro de esta edad, orientándonos a comprender que los adolescentes dentro de los 14 a 16 años no presentan ese grado de satisfacción. En esta investigación se pudo evidenciar que la población presenta mayor afectación en las dimensiones de autodeterminación e integración a la comunidad, el investigador hace la recomendación que las autoridades del colegio implementen algunos talleres y así contribuir con la mejora y el progreso de cada elemento que representa a la calidad de vida del adolescente.

Cabrera (2013) realizó una investigación en un grupo de adolescentes que abarcan los 15 años hasta los 18 años de edad, este grupo solo es de estudiantes varones del Centro Municipal de Formación Artesanal de la ciudad de Guayaquil, enfocándose en el incremento de las destrezas sociales siendo una investigación no experimental, de enfoque mixto con diseño de dos partes, empleo la forma de variación de un modelo de información en otro, debido a que esta referencia investigativa admitía el entendimiento global del fenómeno del cual es materia de

análisis. Utilizándose una muestra o probabilística de sujetos. siendo esta una investigación transversal, esta información nos permitió concluir los resultados. Se utilizaron los subsecuentes instrumentos, la Lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el Test de Asertividad de Rathus. Se encontró como resultado que los varones no muestran habilidades sociales muy eficientes, reflejándose que presentan un bajo nivel de asertividad en la comunicación.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Monasterio (2019) investigó mediante la tesis sobre la correlación existente entre habilidades sociales y conductas de riesgo, esta investigación fue realizada en un grupo de adolescente en una I.E.P. de la ciudad de Lima, donde da a conocer la relación que existe entre las ya mencionadas variables, la investigación es de diseño correlacional, cuantitativo, siendo 83 estudiantes como muestra para esta investigación, los instrumentos que utilizó son el test de conductas de riesgo de Rivera y Zavaleta propuesta en el 2015 y el Test de habilidades sociales MINSA también del mismo año. Mostrando como resultado se obtiene que hay relación a nivel estadístico de forma significativa, con mediana magnitud, en las variables de habilidades sociales y conductas de riesgo, mostrándose también la correlación dentro de las variables conducta de riesgo y habilidades sociales específicas como asertividad, autoestima y toma de decisiones.

Munive (2018) investigó sobre habilidades sociales en colegiales en una Institución educativa en la Oroya 2017. La mencionada investigación utilizó el método científico de diseño descriptivo, siendo 50 estudiantes como muestra, La investigación nos da a conocer que de todas las habilidades sociales que se tomaron en cuenta , la habilidad social de la comunicación presenta mayor porcentaje con el 28,18%, esto muestra que es la más usada por los estudiantes, en segundo lugar se observa la

habilidad social de la autoestima con el 28,07%, en el tercer lugar se ubica la habilidad social de la asertividad con el 21,93% y la habilidad social de la toma de decisiones alcanza el 21,82%, es así como se concluye que estas son las habilidades sociales que más preponderan dentro de los alumnos de la mencionada I.E.

Herrada (2017) investigó acerca del Clima Social Familiar y la Calidad de vida, esta indagación se realizó en los estudiantes que cursaban el nivel secundario, la muestra fue tomada de los alumnos que se encontraban en el cuarto grado de secundaria, se realizó en la I.E. San Antonio – Piura, 2014, donde se busca plantear la relación que se presenta entre las variables. Fue una investigación descriptivo correlacional. fueron 86 estudiantes los que conformaron la muestra. Para esta investigación utilizaron la escala de calidad de vida de Olson y Barnes y la escala del clima social familiar. En este análisis de información del estudio se aplicó el coeficiente de correlación de Pearson. Como resultado se mostraron que, si presenta relación entre clima social familiar y calidad de vida, dicha relación es estadísticamente significativa. Cabe mencionar que, la dimensión de desarrollo no presenta relación significativa con calidad de vida.

Galarza (2012) ejecutó un estudio sobre habilidades sociales y clima familiar en alumnos adolescentes del colegio Nacional Fe y Alegría 11°, la finalidad de la mencionada investigación es dar a conocer si existe relación entre las variables, busca también detallar aquellas características que presenta el clima social familiar para otorgar información eficaz y poder implementar algunas estrategias, las cuales darán como resultado mejoras en los estudiantes. Siendo la pesquisa de modelo descriptivo correlacional de corte transversal, llevándose a cabo en un grupo de 485 adolescentes del grado secundario, usando como instrumento una Escala de Clima Social Familiar y el Cuestionario de Habilidades sociales. En los resultados se da a



conocer que los adolescentes de la institución educativa, en gran porcentaje reflejan niveles medios bajos de las mencionadas habilidades, esto nos muestra que los estudiantes tienen problemas para responder con una alternativa positiva ante la solución de una dificultad en su vida y una inadecuada comunicación con los demás. Manifiesta que lograron comprobar que presenta gran relación entre los niveles de las variables, se comprende que, a mejor clima social familiar, presentarán mayor significancia los niveles de las habilidades sociales de los adolescentes, esto nos lleva a descifrar que la familia cumple un papel considerablemente esencial en cuanto a la mejora de las habilidades sociales en esta etapa, porque les otorgara mejor soporte emocional.

Huamán (2018) investigó sobre habilidades sociales, buscando identificar cuales prevalecen en los estudiantes de nivel secundario, adolescentes que se hallaban estudiando el quinto año en una I.E. dentro del de la localidad de Chiclayo, la mencionada indagación se estableció con el fin de reconocer cuáles son las habilidades sociales más desarrolladas en los estudiantes que asistían a dicha institución educativa, la cual evidenció insuficiencia en sus habilidades sociales, la investigación realizada se empleó el tipo cuantitativo, descriptivo transversal. En la cual participaron un grupo de 70 adolescentes dentro de la institución educativa, quienes siguieron con los criterios de elegibilidad. Como instrumento utilizaron el Cuestionario de habilidades en el aprendizaje estructurado-Goldstein, el mencionado instrumento refleja que los estudiantes presentan habilidades sociales avanzadas y desarrolladas en un mayor porcentaje siendo este el 61.43%, aquellos alumnos con habilidades sociales en aumento o mejora se encuentra en un 38, 57%. Entre aquellas habilidades asociadas con los sentimientos (54, 29%) se ubica entre las habilidades que crecimiento y habilidades similares a la agresión (68, 57%) el mencionado

resultado origina alarma ya debido a que las dimensiones son significativas en el afrontamiento de los estudiantes ante situaciones difíciles, las cuales tendrían que ir mejorando para el desarrollo personal, las mismas que se deberían ir implementando en programas de participación en habilidades sociales, se precisa apoyar hacia el incremento de las destrezas sociales para que aquellos estudiantes afronten con mayor equilibrio las diferentes etapas de su vida.

## **2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado**

### **2.2.1. Habilidades sociales**

#### **Definición.**

Gismero (2002) expone acerca de las habilidades sociales como el modo de comunicación del ser humano para mantener buenas relaciones con el otro, estos pueden ser verbales y no verbales, las que se pueden presentar de forma parcial en situaciones específicas, es así como el individuo da a conocer sus necesidades interpersonales, de esta forma nos comunicara sus preferencias, sentimientos, derechos y opiniones, sin mostrar excesiva ansiedad la cual hace notar respeto hacia el otro.

Angrehs et al. (2011) hace mención que las habilidades son comportamientos característicos que se requieren para lograr desempeñar satisfactoriamente una actividad logrando el éxito; por lo tanto, las habilidades sociales se muestran en formas de conductas que podrían ser diversas y particulares, sujetos de las circunstancias en la que el individuo se ubique, esto le permitirá interrelacionarse con otras personas de forma adecuada.

- Las habilidades sociales contribuyen en una adecuada relación con los demás de forma adecuada, dando, así como resultado poder ser aceptado y valorado en lo social.

- Las habilidades sociales son comportamientos aprendidos, esto nos indica que no son rasgos de la personalidad.
- Las habilidades sociales pueden ser observables mediante las conductas verbales y no verbales, tanto en lo cognitivo como en lo emocional.

La definición otorgada por Caballo (2007) establece que las habilidades o conductas sociales habilidosas es el conjunto de formas o manifestaciones expresados por el ser humano en el entorno, donde expresa sus sentimientos, así como también aquello que desea, opina o expresa sus derechos, respetando también los derechos del otro permitiendo reducir, evitar y resolver posteriores dificultades.

### **Componentes de las Habilidades Sociales.**

Según Gismero (2002) para detallar de forma adecuada y de mejor manejo las habilidades sociales mencionan tres componentes: Componentes conductuales, Componente cognitivo, Componente situacional.

#### **a. Componentes conductuales.**

Gismero (2002) hace referencia de que el componente conductual es únicamente los contenidos verbales y no verbales.

Caballo (1988) realizó una investigación de aproximadamente 90 trabajos donde incluían la información de componentes conductuales llegando a realizar la identificación de conductas verbales y no verbales.

Galarza (2012) hace mención de los componentes verbales y no verbales donde se distingue esta clasificación.

- No verbales: se refiere a todas aquellas conductas que no decimos, que se muestra con expresiones como el contacto ocular, la distancia hacia el otro individuo, los gestos y movimientos corporales, esto se puede distinguir al interactuar con otras personas.

Hace mención también que se puede identificar a las conductas no verbales como habilidades sociales básicas, aquellas que se manifiestan antes de trabajar las habilidades sociales más complejas ya que por ejemplo si no se logra mantener el contacto visual hay baja posibilidad de que logre efectuar la habilidad social de “decir no”, etc.

- Contacto visual
- La proxemia
- Contacto físico inadecuado
- Las facies
- Expresión corporal
- Verbales: Según Caballo (2007) se emplea el habla la cual se dará para diversos propósitos como comunicar una idea, describir, razonar y argumentar un sentimiento, lo mencionado se realizará empleando las palabras la cual se determinará mediante el contexto en el que se encuentre.

En las respuestas verbales mencionados por Galarza nos da a conocer que también se muestra importancia en la fluidez tono de voz y timbre al comunicarse, menciona un ejemplo muy claro donde muestra que incluso, si una persona suele hablar mucho, o presenta el tono de voz muy agudo y no permite que el otro se comunique puede ser molesto.

**b. Componente Cognitivo.**

En el componente cognitivo Gismero (2002) da a conocer la importancia de la cognición del ser humano porque será la forma en que el mismo pueda distinguir cada situación de cada individuo en particular, que también le permitirá conocer y observar sus valores, sus expectativas, sus auto verbalizaciones. Para esto tomaremos en

cuenta cada una de las variables cognitivas que ha desarrollado y adquirido en su vida, lo que hará que sea una persona única.

**c. Componentes situacionales.**

En este componente se tomara en cuenta aquellos momentos situacionales las cuales llegarían a afectar a la persona, esto le generaría dificultad al relacionarse con otros, no es lo mismo actuar ante un familiar o un amigo o una persona desconocida; ante alguien del sexo opuesto o el mismo sexo, siempre se presentaran diferencias en cuanto a las situaciones, también se toman en cuenta cuando se presentan situaciones negativas o positivas, se presentaran diversas situaciones en el curso de las vivencias del ser humano en las cuales responderá dependiendo en la situación que se encuentre, en la que también se deben incluir los otros dos componentes para poder tomar la adecuada respuesta dentro del ámbito en el que se halle.

**Clasificación de las habilidades sociales según Gismero.**

Las habilidades sociales que también son conocidas como habilidades sociales básicas las que menciona Gismero (2002), son las siguientes:

**a. Autoexpresión de situaciones sociales.**

Aquel acto el cual permite manifestar aquella expresión de forma espontánea en momentos sociales tales como reuniones, entrevistas laborales, al momento de realizar una compra en alguna tienda. Poder lograr la autoexpresión sin mostrar ansiedad excesiva en lugares públicos como en privados.

**b. Defensa de los propios derechos como consumidor.**

Esta habilidad social nos muestra como el individuo logra expresar conductas asertivas frente a otros que posiblemente no sean de su entorno cercano que le permitirá defender sus propios derechos las cuales se darán como consumidor.

También se refiere a poder expresar aquello que deseamos, esto se manifiesta en pedir un favor, que nos entregue algo que le dimos prestado, también en posición de consumidor (solicitar el vuelto cuando se realiza un pago ante una compra, o solicitar que nos cambie un pedido del cual no estamos conformes).

**c. Expresión de enfado o disconformidad.**

Contar con la facilidad de expresar algún sentimiento negativo como molestia o enfado, siempre y cuando sean justificados y también cuando no esté de acuerdo en alguna situación que se genere.

**d. Decir no y cortar interacciones.**

Aquella aptitud social el cual permitirá al individuo poder expresar o decir no ante la opinión de otras personas, la cual le permitirá a su vez lograr cortar una interacción en la que ya no desea continuar. Estas interacciones en las que sea participe podrían llegar a ser mostradas en corto plazo, así como a mediano o largo plazo.

**e. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.**

Esta habilidad nos permitirá poder iniciar la interacción necesaria la cual será espontánea con las personas del sexo opuesto, mediante una conversación, solicitar información de algún tema en el que te pueda orientar, pedir una cita, etc.) también lograr dar un halago, iniciar una plática con alguien que te resulta atractivo.

### **2.2.2. Calidad de vida**

**Definición.**

Verdugo (2009) refiere que el adolescente tomara con gran importancia la calidad de vida ya que en esta etapa importante del ser humano se presentaran distintas variables individuales e interpersonales las cuales se asocian al bienestar, los mismos que jugaran un papel importante en la satisfacción que encuentren en la

vida, esto será de gran importancia al momento que tengan que elegir ante situaciones donde tengan que tomar decisiones que influirán en cuanto a las conductas adecuadas e inadecuadas, así como también en el afrontamiento de situaciones que le generen estrés en la adolescencia como tal, aquí se puede mencionar el relacionarse con sus pares, la independencia e incluso el futuro estado laboral.

Nos dice Schalock y Verdugo (2007) que la calidad de vida es una sensación o forma de satisfacción tanto física como mental del individual la cual es multidimensional, cuenta con propiedades éticas, con componentes subjetivos y objetivos las que están influenciadas por un factor personal y ambiental y cultural.

Galli (2006) refiere que la psicología normalmente realizo investigaciones concernientes a patologías que puede presentar la mente o algún tipo de cambio inadecuado de la mente, por lo ya mencionado da a conocer que el manejo de la importancia sobre la calidad de vida que presenta el individuo se da desde la Psicología Positiva. con los años se ha notado un bajo interés en el alcance que presenta el confort propio, a su vez cómo influye acerca del adecuado bienestar psicológico del ser humano, así como en aspectos que contribuirán en su salud. Cabe resaltar que la psicología positiva ha ido creciendo, incluyéndose un enfoque de salud, llegando a trabaja en las personas los temas de prevención y promoción de enfermedades.

Schalock (1997) indica acerca de la calidad de vida que es todo aquello propio del ser humano como tal, en cantidad y calidad, se refiere a las condiciones propiamente humanas adecuadas que le permitan una vida de calidad. Con propio del ser humano se refiere entablar una relación de equilibrio con otro ser humano y también consigo mismo, teniendo la capacidad de elección y decisión, permitiéndose

construir una relación e interacción social, con responsabilidad, derecho social y cultural.

La Organización Mundial de la Salud (2014) nos dice el ser humano adquiere conocimientos de acuerdo al contexto cultural en donde se desarrolla, estos serán incorporados en su vida, incluyendo los valores, los mismos que le permitirán alcanzar y conocer sus objetivos, expectativas, criterios, preocupaciones, mediante las actividades diarias, el estado psicológico, las relaciones sociales, el grado de independencia, sus creencias.

Al mencionar calidad de vida, conoceremos cual es el conjunto de dimensiones los cuales van a contribuir al bienestar del ser humano, potenciando sus habilidades sociales las cuales son de importancia en la adolescencia y en cada etapa de su vida, esto contribuirá a lograr sus objetivos.

### **Dimensiones de calidad de vida.**

Estas dimensiones han sido tomadas del cuestionario de evaluación de la calidad de vida de alumnos adolescentes, las cuales presenta parecidos a los que define Schalock (1997) en el modelo que establece.

#### **a. Relaciones interpersonales.**

Los vínculos que se dan con diferentes personas en situaciones familiares, también con los amigos, compañeros y conocidos, llevarse bien con el entorno, redes de apoyo social.

A diferencia de la etapa en la niñez, en la etapa de la adolescencia el vínculo familiar ya no es tan estrecho como antes, suele haber una separación de los padres para crear un vínculo más cercano con amigos y es donde comienza a mostrar cambios y ser más independientes.



Montañez et al. (2008) en la adolescencia se presentan distintos cambios en el individuo, ocasionando posibles desestabilizaciones a nivel familiar, en esta etapa los padres tendrán que realizar un cambio en el papel parental ya que, en este momento de la vida del adolescente que se encuentra en busca de la autonomía intentara muchas veces negociar con ellos. Sumada a esta etapa los padres también vivirán el proceso donde sus hijos irán haciéndose más independientes.

Los amigos serán de gran importancia en esta etapa lo cual los llevara a compartir más tiempo con ellos generándose lazos amicales muy significativos, también las relaciones serán heterogéneas. Rúgolo et al. (2008) menciona que en la adolescencia las reuniones entre amigos lleguen a ser mixtas donde participaran de forma amena hombres y mujeres a diferencia de la niñez donde predominaban las reuniones solo de niñas o niños.

**b. Bienestar material.**

Todo aquello que tenga como importancia dentro de la alimentación, la vivienda, el estatus económico familiar, pertenencias.

Conocemos que la alimentación brindara al organismo nutrientes indispensables para su desarrollo y funcionamiento adecuado otorgándoles mayor estabilidad, de la misma forma la alimentación adecuada cumple una función fundamental en la estabilidad emocional y desarrollo psicológico en el adolescente, afectando así de manera considerable el tener algún trastorno alimenticio o bajos recursos económicos para una adecuada alimentación. Esto llegara a influir dentro de sus elecciones y concretar objetivos en su vida.

Rúgolo et al. (2008) dan a conocer cuán importante es la alimentación que debe seguir un adolescente, indican que la dieta debe ser equilibrada de esta forma contendrá suficiente energía para un adecuado desarrollo y crecimiento. Cabe

mencionar que aun conociendo la importancia de la alimentación los adolescentes optan por la ingesta de comidas rápidas o chatarras con mayor facilidad.

Se tiene en cuenta que en esta etapa la ingesta de comida no saludable es más común por la facilidad al poder adquirirla en los centros educativos bodegas, por lo mismo es importante una alimentación equilibrada para un desarrollo adecuado, esto se podría dar en casa, una dieta saludable para poder mejorar su energía y cubrir sus necesidades de crecimiento.

Estatus económico familiar presenta una importancia que va más allá de solo lograr cumplir con las necesidades básicas que requiere el adolescente. Rúgolo et al. (2008) realizó un informe donde da a conocer las cifras de adolescentes de Latinoamérica que abandonaron los colegios antes de culminar la educación secundaria esta cifra llega al 37% ,de los cuales hasta el 70% de ellos indican que esta decisión se debe a la búsqueda de obtener dinero para mejorar su estatus económico, esta información también aplica al incremento del porcentaje de menores de edad que se encuentran en trabajos de alto riesgo que van involucrados con la prostitución o la drogadicción.

### **c. Desarrollo personal.**

Dentro del desarrollo personal apreciamos que el autor se enfoca en las Habilidades, capacidades y competencias que presenta el adolescente las que aportaran en una adecuada calidad de vida, también refiere la gran significancia en su vida mencionando las actividades significativas, así como el ocio y la actividad que contribuyen a una adecuada educación.

En la adolescencia la educación cumple un rol de importancia ya que le facilitará el momento de elegir su propia identidad y de la misma forma en la decisión acerca de la construcción de su vida indica Krauskopf (2007), en este periodo en su

vida el intelecto les permitirá enfrentar con mayor seguridad y plenitud el futuro dentro de la sociedad y las opciones que el mismo les otorgue. Otorgándoles educación a los adolescentes se lograría un mayor desarrollo de sus capacidades y habilidades que les permitirá alcanzar un mejor porvenir, esto nos indica que es un elemento de suma importancia que tiene que ser aplicado ahora, en la actualidad ya que les permitirá integrarse de forma más acertada en la sociedad o en el grupo de adolescentes.

Según Cuenca (1999) menciona el ocio como la actividad que puede fortalecer al adolescente, el ocio se encuentra dentro de las exigencias elementales del individuo la cual también es un derecho. El cual se toma como una actividad que permite el descanso donde el individuo elegirá de forma autónoma y libre que hacer en su tiempo de ocio, cabe mencionar que debemos tener en cuenta que no debemos definir al pasatiempo con el concepto de ocio.

**d. Bienestar emocional.**

Dentro del bienestar emocional se hace mención la interrelación entre la emoción y el cuerpo, que llevará al ser humano a la satisfacción, seguridad, mejorar su autoestima, esto contribuirá en tener y alcanzar metas y aspiraciones personales.

Alexander y Wood, 2000, citados por Cova (2004) refieren que las emociones y los sentimientos en las mujeres se presentan de forma más intensa y que en los hombres en su mayoría suelen ser leves, esto es de forma indistinta en cuanto a si son positivas o negativas. Demostrando así que las mujeres son más propensas a experimentar problemas emocionales de la misma forma también experimentan mayores emociones positivas.

Estas emociones generan cambios o alteraciones de forma interna que se reflejan en el pensamiento, también pueden ser hormonales y físicos, estos cambios

emocionales influyen también en el entorno social del individuo, nos permiten apreciar el bienestar emocional en el que se encuentra. El bienestar emocional incorpora la competencia para lograr gestionar los temas emocionales y poder diferenciar las emociones. Las emociones son de gran influencia en cada ámbito que se desarrollará cada individuo. Así mismo, las alteraciones de estas afectarán tanto a nivel físico como social de la persona.

El Autoconcepto, es de suma importancia para el individuo, esto abarca la autoimagen y la autoestima, los cuales, múltiples investigadores coinciden en mencionar que para el adolescente es importante ya que contribuye a un adecuado desarrollo, de la misma forma se conoce que sin un adecuado auto estima se presentaran dificultades en la vida del ser humano cual quiera que sea las fases de la vida en la que se ubique. Aunque estos términos se parezcan cada uno de ellos presenta diferencias. Cabe mencionar que el autoconcepto es como se cree que te percibe el otro y a su vez como se percibe sí mismo; La autoestima tiene que ver con el aprecio, amor propio y aceptación y en la autoimagen, de acuerdo con Offer, 1981, mencionado por Lefrancois (2001), nos dice que el adolescente tiene un yo variado y diverso.

Munisalud (2011) refiere que parte del respeto por el otro es respetar también sus creencias, ya que estas son diferentes en cada persona, de esta forma no trasgrediremos sus derechos. Lo ya mencionado se establece como derecho en gran parte del mundo es así como en La Constitución Política de la República de Guatemala, dentro del artículo 36 menciona que la actividad de las religiones es autónomo, por consiguiente, es considerado un derecho el ser capaz de tomar una religión o ideología. Cabe mencionar que el país de Guatemala practica también el

cristianismo, donde se profesa el catolicismo y el evangelio protestante en gran parte de los habitantes.

Las personas constantemente están en un proceso de autorrealización, es por ello por lo que habitualmente el individuo se traza metas y aspiraciones a lograr, independientemente cual se la meta que desee alcanzar optara por ponerle fechas o tiempos para medir el cumplimiento de dichas metas u objetivos, lo cual le sirve como impulso a seguir con todo ello ya sea en el ámbito educativo, laboral, personal, etc. Como bien se sabe cada individuo cuenta como la facultad de la libre expresión y opinión, por lo mismo tiene toda libertad de tener algún tipo de creencia sin ser juzgado o criticado por ello. Ya que cada individuo tiene algún tipo de creencia en particular, los cuales se van formando en el proceso de su formación y crianza. Dicho ello, sea cual sea el tipo de creencia que tenga debe ser respetado como el ser humano que es sin transgredir sus derechos.

**e. Integración a la comunidad.**

Se toma en cuenta la participación del adolescente dentro de su comunidad y el entorno social, también la forma en que ira participando, así como también su integración y uso de los servicios comunitarios. Aquí se menciona la importancia en la manera que el adolescente se integra a su comunidad, con esto también conocer en que ocupa su tiempo, así como los programas televisivos e información que obtienen de revistas etc. Que idea tiene de sus proyectos de vida y que importancia en cuanto al tema económico y social.

Munisalud (2009) menciona la importancia de la integración a la comunidad por medio de la tecnología, como es de conocimiento en estos últimos años los adolescentes están más conectados a las redes sociales, es por este medio que obtienen información que les permite esta integración y también es una forma de

contacto con la sociedad, es comprensible que estos tiempos donde la tecnología otorga mucha información los adolescentes busquen sus inquietudes y respuestas en internet, según informa en el decálogo de los derechos infantiles en internet realizado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2004), en la actualidad se ha establecido como un derecho que tengan acceso a la tecnología y permitiéndoles también la libre expresión a través de este medio.

Desde el momento que nacemos nos vamos integrando poco a poco a la sociedad, comenzando por ser parte de una familia, luego ser parte de una institución educativa, laboral, etc. Todo ello, mediante la presencia y participación en cada actividad en situaciones sociales y de la comunidad ya sea mínima es considerada por los miembros de esta.

**f. Bienestar físico.**

La Organización Mundial de la Salud (OMS). En el año 2003 define a los adolescentes son un grupo sano. Aun así, se tiene que tener en cuenta que reciban asistencia médica o sanitaria, para mantener la salud estable de los adolescentes y prevenir algún problema de salud en el futuro, también deben mantener actividad física para contribuir a una salud adecuada.

Según Ardila (2003) menciona que cada persona puede sentirse saludable, lo cual no es necesariamente así, esto no determina la salud. Zubarew y Correa (2009) refiere que hay que poner importancia en la actividad deportiva que realicen y sobre todos fomentar en ellos la participación en actividades que impliquen el arte y el deporte. La revista Munisalud (2011), en un artículo que realizo en el año 2011 comunica que en los adolescentes el bienestar físico tiene gran repercusión: la nutrición, la actividad física, descanso físico mediante el sueño, la resistencia inmunológica a enfermedades, etc.

**g. Autodeterminación.**

Se muestra importancia en las elecciones personales, el control personal la autonomía y la toma de decisiones.

Verdugo (2001) menciona las características del ser humano que tiene autodeterminación.

- Muestran la facultad de tomar conductas necesarias para lograr resultados que se han determinado en su ambiente.
- Conocen sus capacidades y limitaciones las cuales les permite úsalos de forma favorable, son consciente de ello, logrando usar el conocimiento de sí mismos en un modo global y beneficioso.

**2.3. Definición conceptual de la terminología empleada**

**2.3.1. Habilidades sociales**

En el año 1991, Goldstein et al. citado en Fernández y Carroble (1981), menciona a las habilidades sociales como la competencia del sujeto para responder a estímulos sociales, entender y empatizar con otros, así comprender el comportamiento de los demás.

**2.3.2. Calidad de vida**

Verdugo (2009) refiere que es un concepto que se ha ido identificando en las prácticas sociales y profesionales mediante el avance e innovación, el cual se fue transformando información referencial, que permitió poder realizar una valoración en aquellos resultados sobre la calidad de vida. Es muy importante el poder realizar prácticas profesionales tomando los conceptos de calidad de vida para llegar a materializar actividades académicas centradas en el bienestar del alumno desde una perspectiva integral.

### **2.3.3. Adolescencia**

Monroy (2002) indica que es parte del desarrollo del individuo, la cual pasa después de la niñez, la adolescencia tiene un inicio y una duración variable en cada ser humano, al finalizar se estaría entrando a la edad adulta. En la adolescencia surgen diferentes cambios, estos cambios son físicos como también psicológicos y sociales del ser humano.



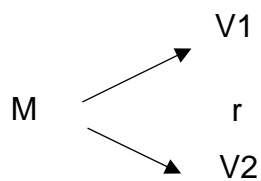
**CAPÍTULO III**  
**MARCO METODOLÓGICO**

### 3.1. Tipo y diseño de investigación

#### 3.1.1. *Diseño de investigación*

Mostramos en la indagación un diseño descriptivo correlacional, por lo tanto, la investigación de tipo descriptivo “buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de las personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (Hernández et al., 2010, p. 80). En un estudio donde se busca la correlación, la principal finalidad es estar al tanto de la relación existente que se da entre aquellas variables a investigar, ubicados en una situación (Hernández et al., 2010).

Por lo tanto, en la investigación se buscará medir cual es la relación en las variables investigadas para alcanzar los objetivos establecidos al comienzo del estudio; se emplea el siguiente diagrama:



Donde:

M: refirió a la muestra de las instituciones educativas

V1: Habilidades sociales

V2: Calidad de vida

r: relación de la variable 1 y la variable 2

## 3.2. Población y muestra

### 3.2.1. Población

En las dos instituciones educativas publicas hace un total de 590 estudiantes que cursan el nivel secundario, los mismos que conformaran la población para el presente estudio.

### 3.2.2. Muestra

La muestra se establecerá mediante un criterio del azar o aleatorio. Por lo tanto, la siguiente formula nos permitirá determinar el tamaño de la muestra.

$$n_o = \frac{Z^2 p (1-p)}{E^2} = N \quad \Longrightarrow \quad n_o = 234$$

Donde:

$n_o$ : Tamaño de la muestra

P: proporción de la variable de estudio

E: error de estimación

N: tamaño de población

n: tamaño de muestra

Al resolver el tamaño de la muestra se asume una confianza del 95% ( $Z= 1.96$ ), donde el muestreo presenta un error de 5.7% ( $E= 0.05$ ), con una varianza máxima ( $PQ = 0.25$ ). A continuación, se presenta el tamaño de la muestra de la población mediante la fórmula que se ajustó:

$$n = \frac{n_o}{1 + \frac{n_o}{N}} \quad \Longrightarrow \quad n=234$$

### **3.3. Hipótesis**

#### **3.3.1. Hipótesis general**

Existe relación entre las habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes de secundaria en dos instituciones de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

#### **3.3.2. Hipótesis específicas**

H<sub>1</sub>: Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la variable habilidades sociales y la variable de calidad de vida en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

H<sub>2</sub>: Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la calidad de vida y la variable habilidades sociales en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

H<sub>3</sub>: No existe diferencia según sexo de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

H<sub>4</sub>: No existe diferencia según sexo de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas Públicas, Ate 2019.

### **3.4. Variables – Operacionalización**

#### **3.4.1. Variable de estudio: Habilidades sociales**

##### **Definición conceptual.**

Gismero (2002) define habilidades sociales como el comportamiento asertivo o socialmente habilidoso mediante un grupo de resultados verbales y no verbales, donde el individuo da a conocer en un ámbito interpersonal sus requerimientos,

sentimientos, preferencias, criterios o derechos sin mostrar una desbordante ansiedad y de forma no desfavorable, manteniendo el respeto hacia el otro.

### **Definición operacional.**

La Operacionalización de variables está compuesta por las dimensiones e indicadores de la variable habilidades sociales.

**Tabla 1**

*Operacionalización de la variable habilidades sociales*

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Habilidades sociales	Defensa de los propios derechos como consumidor.	Manejado, impositivo, líder avasallador, controlador, dominante.	1, 2, 10, 11, 19, 29, 28, 29
	Tomar iniciativas en relación al sexo opuesto.	Me desvalorizo, me autoreprocho, me siento inferior, me quito importancia, temeroso, insatisfecho.	3, 4, 12, 21, 30
	Expresión de opiniones, sentimientos u opiniones.	Independiente, autónomo, individualista.	13, 22, 31, 32
	Decir no o defender tus derechos frente a conocidos y amigos.	Cauto, agresivo.	5, 14, 15, 23, 24, 33
	Expresarse en situaciones sociales.	Peleón irritable, discudidor, rebelde, polémico, abierto.	6, 7, 16, 25, 26
	Cortar una interacción.	Abierto, tímido, sincero, claro.	8, 9, 17, 18, 27

### **3.4.2. Variable de estudio: Calidad de Vida**

#### **Definición conceptual.**

Gómez (2007) explica la calidad de vida realizando una distribución en dimensiones, se realiza una recopilación de la división que realizaron algunos autores la cual se dio de forma objetiva (donde se mide la salud, relaciones y lo económico) y subjetiva (donde mide la salud y el bienestar entre otros). Los elementos mencionados nos permitirán observar cual es la percepción del adolescente frente al mundo.

#### **Definición operacional.**

La Operacionalización de variables está compuesta por las dimensiones e indicadores de la calidad de vida.

**Tabla 2***Operacionalización de la variable calidad de vida*

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Calidad de vida	Relaciones interpersonales	Relaciones valiosas con familia, amigos, compañeros y conocidos redes de apoyo.	1, 9, 17, 24, 31, 38, 53
	Bienestar material	Alimentación, vivienda, estatus económico de la familia, pertenencia.	3, 19, 26, 39, 47, 55
	Desarrollo personal	Habilidades, capacidades y competencias, actividades significativas, educación, oportunidades formativas, ocio.	6, 14, 35, 42, 50, 57
	Bienestar emocional	Satisfacción, felicidad, bienestar general, seguridad personal emocional, autoconcepto, autoestima y autoimagen, metas y aspiraciones personales, creencias, espiritualidad.	4, 12, 27, 33, 40, 48, 56,
	Integración presencia en la comunidad	Acceso, pertenencia, participación y aceptación en la comunidad, estatus dentro del grupo social, integración, actividades socio comunitarias, normalización, acceso a los servicios comunitarios.	2, 18, 25, 32, 46, 54
	Bienestar físico	Salud y estado físico, movilidad, seguridad física, asistencia sanitaria.	5, 13, 15, 28, 41
	Autodeterminación	Elecciones personales, toma de decisiones, control personal, capacitación, autonomía.	7, 22, 29, 36, 43, 51, 58

### **3.5. Métodos y técnicas de investigación**

Según el tipo de investigación, determinado por el enfoque del problema y los objetivos planteados, la presente investigación compete a una investigación cuantitativa y descriptiva-correlacional.

Descriptiva, porque comprende la descripción y diagnóstico de la variable habilidades sociales y la variable calidad de vida.

### **3.6. Procesamiento de los datos**

#### ***3.6.1. Técnicas de recolección de datos***

Al realizar este estudio se planteó las siguientes actividades: Primero, se informará a las autoridades de las instituciones educativas, directores y maestros, segundo se ubicará a los estudiantes a realizar la toma de la muestra.

#### ***3.6.2. Instrumentos de recolección de datos***

##### **Escala de habilidades sociales.**

##### **A. Ficha técnica.**

- Nombre: Escala de Habilidades Sociales
- Autora: Elena Gismero
- Año: 2002
- Adaptación peruana: César Ruíz Alba (Universidad Cesar Vallejos).
- Año de adaptación: 2006, Trujillo
- Estandarización: César Ruíz, Mirtha Fernández Ma. E. Quiroz – Perú
- Año de Estandarización: 2008
- Aplicación: Individual y colectivo
- Ámbito de aplicación: Adolescentes y adultos
- Duración: Variable, aproximadamente 15 minutos
- Finalidad: Evaluación de la aserción y las habilidades sociales
- Baremación: Baremos de la población general (varones, mujeres, adultos y adolescentes).



## **B. Descripción de la prueba.**

Fue elaborado por Gismero (2002), la cual cuenta con 33 ítems de las cuales 28 son redactados sin aseveración o déficit habilidades sociales y 5 son en sentido afirmativo o con presencia de habilidades sociales, con respuestas tipo Likert, con respuestas del 1 al 4: “no me identifico en absoluto, la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría”, “más bien no tiene que ver conmigo aunque algunas veces me ocurre”, “me describe aproximadamente aunque no siempre actúe o me sienta así” y “muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”.

Cuando el evaluado presente mayor puntaje, mostrará mayores habilidades sociales, también permitirá un análisis dentro de las 6 dimensiones las cuales son:

Autoexpresión en situaciones sociales: encontrarse en reuniones sociales y lograr expresar lo que desee de manera espontánea y sin mostrar ansiedad, estas reuniones o encuentros sociales podrían ser presentarse a oportunidades de trabajo, centros comerciales, etc. Se consideran los siguientes ítems.

Defensa de los propios derechos como consumidor: Esta dimensión hace referencia a poder presentar conductas asertivas en las diferentes situaciones de consumo o como consumidor. Se consideran los siguientes ítems.

Expresión de enfado o disconformidad: esta dimensión nos muestra como la persona podría tener la capacidad de manifestar un desacuerdo o inconformidad logrando expresar aquello q le enfada o le genera un sentimiento negativo con otras personas.

Decir no y cortar interacciones: poder expresar cuando queremos cortar una interacción, esta puede ser a corto o largo plazo y ya no se desea prolongar por mayor tiempo.

Hacer peticiones: lograr expresar las peticiones de algo que deseamos en diferentes situaciones, como al querer solicitar el cambio de algo que compramos y ya no deseamos, informar a un amigo aquello que queremos que nos devuelva, que se lo dimos prestado, o cuando nos dieron mal el vuelto al hacer una compra.

Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: lograr expresar a una persona del sexo opuesto un halago o iniciar una conversación de forma espontánea.

### **C. Análisis psicométrico de la escala Habilidades sociales.**

La validez del instrumento fue correlacionada por su autora a través del análisis factorial siendo el valor final de .77, revelando 6 factores: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar con interacciones, hacer peticiones, iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. La confiabilidad mediante el alfa de Cronbach tubo un 0,884. implicando que el 88,4% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común o relación. Para la valoración y procesamiento de datos, se utilizó los estadísticos descriptivos obtenidos por Gismero (2002) en su muestra de baremación para adolescentes.

Ruiz y Quiroz (2014) estimaron la validez en la creación de la escala de habilidades sociales, mediante el método de correlación ítem-test, la muestra fue de 2,371 individuos, donde participaron 1,157 adolescentes entre los 12 a 17 años de edad, que se encontraban cursando el nivel secundario, fueron adolescentes de ambos sexos y 1,214 jóvenes dentro de los 18 y 25 años de edad, los cuales están dentro de la educación universitaria y no educación universitaria, fueron jóvenes de ambos sexos, de la ciudad de Trujillo, Perú, registrando índices de correlación que superan el valor mínimo requerido de .20, los mismos que oscilan entre .25 y .37.

Así también Ruiz y Quiroz (2013) valoraron la confiabilidad de la escala de habilidades sociales empleando el estadístico Richardson, alcanzando en la escala en general .902, demostrando de esta forma la confiabilidad.

### **Cuestionario de evaluación de la calidad de vida de los alumnos adolescentes.**

#### **A. Ficha técnica.**

- Nombre: Cuestionario de evaluación de la calidad de vida de los alumnos adolescentes.
- Autores: María Gómez – Vela y Miguel Verdugo Alonso
- Afiliación: Instituto Universitario de Integración en la Comunidad (INICO). Universidad de Salamanca, España.
- Ámbito de aplicación: Adolescentes de 12 y 18 años, con necesidades educativas específicas y sin ellas.
- Administración: Individual en el caso de alumnos con N.E.F. colectiva en el resto.
- Duración: 45 minutos en el caso de alumnos con N.E.F. 25 minutos en el resto
- Evaluadores: Profesionales del equipo de orientación psicopedagógica y/o tutores.
- Finalidad: elaboración de perfiles individuales y/o grupales en los que se representen las áreas vitales con los que los adolescentes están más y menos satisfechos. Detección de áreas vitales deficitarias. Identificación de desigualdades entre grupos. Ayuda en los procesos tutoriales y de orientación para desarrollar planes individualizados de apoyo o consejo psicológico.
- Material: Manual y cuadernillo de aplicación.

## **B. Descripción de la prueba.**

El instrumento lo elaboraron Gómez y Verdugo (2009) con respuesta tipo Likert y una parte cualitativa, que no es necesaria aplicarla si no se requiere. Teniendo como respuesta cuatro opciones: totalmente de acuerdo, acuerdo, desacuerdo y totalmente en desacuerdo. Donde se evaluarán aspectos: desarrollo personal, autodeterminación, relaciones interpersonales, integración a la comunidad, bienestar emocional, bienestar físico y bienestar material. Para la calificación se necesita descartar los cuestionarios que presenten aquiescencia en más de 3 pares de ítems que son descritos en el manual de la prueba.

## **C. Análisis psicométrico del cuestionario de evaluación de la calidad de vida de los alumnos adolescentes.**

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

El instrumento reporta evidencia en la validez, la cual se midió por correlación Inter prueba presentando significancia estadística ( $P \leq .01$ ) mostrando valor de consistencia interna de 0.84 según el alfa de Cronbach, esto da a conocer la confiabilidad. Como puede observarse el puntaje obtenido muestra la confiabilidad.

Alarcón y Prentice (2018) realizaron la adaptación lingüístico-cultural del material, pasando por un criterio de expertos, logrando demostrar la validez en el contenido de 0.9 según el coeficiente de validez V de Aiken. También realizaron la medida de la confiabilidad, se logró a obtener un coeficiente de 0.87 medido por alfa de Cronbach.

### **3.6.3. Métodos de análisis de datos**

El presente trabajo se realiza con el procesador de datos estadístico SPSS v25, para analizar los resultados que se obtengan se tendrá en cuenta los objetivos propuestos en la investigación, además la información será analizada desde las

perspectivas: Cuantitativa (mediante el cual se pretende encontrar si existe significación estadística) y cualitativa (la cual pretende interpretar la significación encontrada), para establecer la normalidad de las puntuaciones se llevara utilizara la prueba de Kolmogórov-Smirnov, con la cual comprobaremos la hipótesis.

**CAPÍTULO IV**  
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN**  
**DE DATOS**

#### 4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Damos a conocer los resultados descriptivos e inferencial del presente estudio.

**Tabla 3**

*Distribución de niveles de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)*

Habilidades sociales		f	%
Autoexpresión en situaciones sociales	Alto	98	41.9
	promedio	112	47.9
	Bajo	24	10.3
Defensa de los propios derechos del consumidor	Alto	64	27.4
	promedio	133	56.8
	Bajo	37	15.8
Expresión de enfado o disconformidad	Alto	74	31.6
	promedio	101	43.2
	Bajo	59	25.2
Decir no y cortar interacciones	Alto	81	34.6
	promedio	112	47.9
	Bajo	41	17.5
Hacer peticiones	Alto	97	37.2
	promedio	124	53.0
	Bajo	23	9.8
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	Alto	66	28.2
	promedio	119	50.9
	Bajo	49	20.9
Habilidades sociales	Alto	64	27.4
	promedio	155	66.2
	Bajo	15	6.4

Se da a conocer en la tabla 3 la distribución de los niveles de la variable habilidades sociales y sus dimensiones, en la variable general el mayor porcentaje se distribuye en el nivel medio (62.2%) mostrando una tendencia hacia el nivel alto (27.4%); de manera similar en cada una de sus dimensiones la tendencia del porcentaje más alto va del nivel medio hacia el nivel alto.

**Tabla 4**

*Distribución de niveles de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate (n=234)*

Calidad de vida		F	%
Bienestar emocional	Alto	138	59.0
	Promedio	86	36.8
	Bajo	10	4.3
Integración/ presencia en la comunidad	Alto	90	38.5
	Promedio	137	58.5
	Bajo	7	3.0
Relaciones interpersonales	Alto	175	74.8
	Promedio	54	23.1
	Bajo	5	2.1
Desarrollo personal	Alto	150	64.1
	Promedio	79	33.8
	Bajo	5	2.1
Bienestar físico	Alto	176	75.2
	Promedio	53	22.6
	Bajo	5	2.1
Autodeterminación	Alto	105	44.9
	Promedio	123	52.6
	Bajo	6	2.6
Bienestar material	Alto	51	21.8
	Promedio	166	70.9
	Bajo	17	7.3
Calidad de vida	Alto	33	14.1
	Promedio	196	83.8
	Bajo	5	2.1

Se muestra en la tabla 4, cual es la distribución de los niveles de la variable calidad de vida y sus dimensiones, en la variable general se aprecia que el mayor porcentaje se distribuye dentro del nivel medio (83.8%) mostrando una tendencia hacia el nivel alto (14.1%); de manera similar para sus dimensiones la distribución mayor se ubica del nivel alto hacia el nivel medio, a excepción de la dimensión



bienestar material donde el mayor porcentaje se concentra en el nivel medio con una tendencia hacia el nivel alto.

#### 4.1.1. Análisis de normalidad

**Tabla 5**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones de los instrumentos de habilidades sociales y calidad de vida (n=234)*

Variable/ dimensiones	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	P
Habilidades sociales	.048	234	,200*
Autoexpresión en situaciones sociales	.083	234	.000
Defensa de los propios derechos del consumidor	.092	234	.000
Expresión de enfado o disconformidad	.100	234	.000
Decir no y cortar interacciones	.084	234	.000
Hacer peticiones	.078	234	.002
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	.099	234	.000
Calidad de vida	.087	234	.000
Bienestar emocional	.109	234	.000
Integración/ presencia en la comunidad	.070	234	.007
Relaciones interpersonales	.101	234	.000
Desarrollo personal	.129	234	.000
Bienestar físico	.141	234	.000
Autodeterminación	.127	234	.000
Bienestar material	.078	234	.002

*Nota:* gl=grados libertad; p=valor de significancia estadística

En la tabla 5, muestra la distribución de las puntuaciones según la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de los instrumentos de habilidades sociales y calidad de vida, de tal modo que en la escala total de habilidades sociales presenta una distribución normal ( $p > .05$ ) en la escala total, en tanto, en cada una de las dimensiones, así como en la escala total del instrumento de calidad de vida y de sus dimensiones la distribución no es normal ( $p < .05$ ).

## 4.2. Contrastación de hipótesis

**Tabla 6**

*Correlación entre habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)*

	Calidad de vida	
Habilidades sociales	rho	,273**
	p	,000

*Nota:* rho=coeficiente de correlación de Spearman; p=valor de significancia estadística; p<.05\*=relación significativa; p<.01\*\*=relación muy significativa.

En la tabla 6, evidencia la presencia de relación entre las variables habilidades sociales y calidad de vida (rho=.273; p<.01), pone de manifiesto que, los participantes que se muestran con adecuadas habilidades sociales suelen presentar una buena calidad de vida

**Tabla 7**

*Correlación entre las dimensiones de habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)*

Dimensiones	Calidad de vida	
Autoexpresión en situaciones sociales	Rho	,244**
	P	.000
Defensa de los propios derechos del consumidor	Rho	,219**
	P	.000
Expresión de enfado o disconformidad	rho	,226**
	p	.000
Decir no y cortar interacciones	rho	,267**
	p	.000
Hacer peticiones	rho	,154*
	p	.019
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	rho	,247**
	p	.000

*Nota:* rho=coeficiente de correlación de Spearman; p=valor de significancia estadística; p<.05\*=relación significativa; p<.01\*\*=relación muy significativa.

En la tabla 7, se observa que calidad de vida se relaciona muy significativamente con las dimensiones autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos del consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto ( $\rho=.219$  a  $.267$ ;  $p<.01$ ); y relación positiva de efecto pequeño y significativa con la dimensión hacer peticiones ( $\rho=.154$ ;  $p<.05$ ).

**Tabla 8**

*Correlación entre las dimensiones de calidad de vida y habilidades sociales en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)*

Dimensiones	Habilidades sociales	
Bienestar emocional	Rho	,229**
	P	.000
Integración/ presencia en la comunidad	Rho	,279**
	P	.000
Relaciones interpersonales	Rho	,162*
	P	.013
Desarrollo personal	Rho	,235**
	P	.000
Bienestar físico	Rho	,195**
	P	.003
Autodeterminación	Rho	,206**
	P	.002
Bienestar material	Rho	,330**
	P	.000

*Nota:*  $\rho$ =coeficiente de correlación de Spearman;  $p$ =valor de significancia estadística;  $p<.05$ \*=relación significativa;  $p<.01$ \*\*=relación muy significativa.

En la tabla 8 observamos que las habilidades sociales presentan relación positiva de efecto pequeño y significativamente con la dimensión relaciones interpersonales ( $\rho=.162$ ;  $p<.05$ ), y muy significativamente con las dimensiones bienestar emocional, integración/ presencia en la comunidad, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, aquiescencia ( $\rho=.195$  a  $.279$ ;  $p<.01$ ); asimismo,

las habilidades sociales se relaciona positivamente de efecto medio y muy significativamente con la dimensión bienestar material ( $\rho=.330$ ;  $p<.01$ ).

**Tabla 9**

*Estadísticos de contraste según sexo de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)*

Variable/ dimensiones	Masculino (n=135)		Femenino (n=99)		U-Mann Whitney	Z	P
	Rango promedio	Suma de rangos	Rango promedio	Suma de rangos			
Habilidades sociales	115.06	15533.00	120.83	11962.00	6353.000	-.644	.519
Autoexpresión en situaciones sociales	114.41	15445.50	121.71	12049.50	6265.500	-.817	.414
Defensa de los propios derechos del consumidor	113.62	15339.00	122.79	12156.00	6159.000	-1.028	.304
Expresión de enfado o disconformidad	119.46	16126.50	114.83	11368.50	6418.500	-.519	.604
Decir no y cortar interacciones	113.69	15348.00	122.70	12147.00	6168.000	-1.008	.313
Hacer peticiones	121.29	16373.50	112.34	11121.50	6171.500	-1.003	.316
Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto	113.63	15339.50	122.78	12155.50	6159.500	-1.027	.305

*Nota:*  $p<.05^*$ =diferencia significativa;  $p<.01^{**}$ =diferencia muy significativa

En la tabla 9 se aprecia el análisis de muestras independientes de la variable habilidades sociales y cada una de sus dimensiones según sexo, de lo cual se aprecia ausencia de diferencias significativas ( $p>.05$ ), es decir, tanto varones como mujeres tienden a mostrar habilidades sociales similares.

**Tabla 10**

*Estadísticos de contraste según sexo de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019 (n=234)*

Variable/ dimensiones	Masculino (n=135)		Femenino (n=99)		U-Mann Whitney	Z	P
	Rango promedio	Suma de rangos	Rango promedio	Suma de rangos			
Calidad de vida	123.69	16697.50	109.07	10797.50	5847.500	-1.633	.103
Bienestar emocional	121.07	16344.00	112.64	11151.00	6201.000	-.946	.344
Integración/ presencia en la comunidad	120.17	16222.50	113.86	11272.50	6322.500	-.705	.481
Relaciones interpersonales	122.39	16522.00	110.84	10973.00	6023.000	-1.294	.196
Desarrollo personal	119.80	16173.00	114.36	11322.00	6372.000	-.611	.541
Bienestar físico	123.51	16673.50	109.31	10821.50	5871.500	-1.603	.109
Autodeterminación	122.10	16484.00	111.22	11011.00	6061.000	-1.224	.221
Bienestar material	123.86	16721.00	108.83	10774.00	5824.000	-1.686	.092

*Nota:*  $p < .05^*$  = diferencia significativa;  $p < .01^{**}$  = diferencia muy significativa.

Se refleja en la tabla 10, el análisis de muestras independientes de la variable calidad de vida y sus dimensiones según sexo, de lo cual se evidencia ausencia de diferencias significativas en la variable total y sus dimensiones ( $p > .05$ ), lo cual pone de manifiesto que tanto los varones como mujeres muestran una calidad de vida de modo semejante.

**CAPÍTULO V**  
**DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y**  
**RECOMENDACIONES**

## 5.1. Discusiones

En el estudio que se realizó sobre habilidades sociales y calidad de vida de los estudiantes de nivel secundaria se encontró relación significativa entre ambas variables.

En el actual estudio encontramos que los resultados obtenidos se asemejan en algunos aspectos en los hallazgos de Galarza (2012) en la investigación que realizó sobre habilidades sociales y clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11°. En los resultados nos dan a observar gran parte de los alumnos que se encuentran en la adolescencia quienes se encuentran estudiando en la institución educativa cuentan con niveles medios bajos de habilidades sociales, esta información nos muestra que los evaluados presentan problemas para responder con una alternativa positiva ante la solución de una dificultad en su vida y una inadecuada comunicación con los demás. manifiesta que logro comprobar que se muestra gran relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes ya que si se encuentra una correlación estadística entre las dos variables, se comprende que a mejor sea el clima social familiar, incrementaran los niveles de las habilidades sociales de los adolescentes, esto nos lleva a descifrar que la familia cumple un papel significativo con respecto al crecimiento de habilidades sociales en los adolescentes porque les otorga soporte emocional.

Gismero (2002) menciona las palabras de Carrobles (1988) las habilidades sociales presentan déficit y esto cada vez se torna recurrente, como no causal, en problemas tan variados como las simples fobias, los problemas de pareja, problemas con la sexualidad, la depresión, problemas de conductas agresivas, la delincuencia, la drogadicción, etc., con lo mencionado nos direcciona a tener en cuenta la repercusión que tiene el indicado incremento de las habilidades sociales en los

adolescentes a favor en la calidad de vida y posteriormente también en su vida adulta. Lo que coincide con los resultados que se muestra en este estudio, por consiguiente, damos a conocer que a más habilidades sociales se presentara una mejor calidad de vida.

Al realizar una investigación de habilidades sociales en Latinoamérica la UNESCO (2013) coincide en que las habilidades sociales ayudaran al individuo a relacionarse mejor entre ellos, permitiéndoles así una mejor calidad de vida. Informa también que las habilidades son moldeables por lo que se puede trabajar en ellos para su mejora. Menciona Verdugo (2009) que diversos estudios han mostrado la repercusión que tiene la satisfacción en la calidad de vida en cuanto a la transmisión de las conductas de riesgo como la drogadicción, prostitución, embarazos no deseados y también sobre el afrontamiento que va a tener el estudiante adolescente cuando se presente los cambios propios de esta etapa.

Se da a conocer en diversos estudios y en los resultados de la investigación que se muestra, cual es la importancia del desarrollo de habilidades sociales, por consiguiente el Ministerio de Educación (2007) desarrolla el fascículo 3 brindando información con el propósito de aportar en la evolución de las habilidades sociales para los estudiantes, hace mención sobre donde es el origen del acrecentamiento de las habilidades sociales, mencionando que inicia en el ámbito de parentesco en la primera infancia, aun así se muestra que gran parte de los adolescentes tienen un bajo desarrollo de estas habilidades, lo que buscan con este material de trabajo es que los docentes cuenten con información metodológica teniendo la pretensión de ayudar a incrementar las correlaciones interpersonales.

Las habilidades sociales desarrolladas adecuadamente darán como resultado una vida saludable que a su vez le otorgara felicidad al individuo según lo mencionan



en el manual de habilidades sociales para adolescentes escolares (Ministerio de Salud, 2005). Lo cual concorde con la hipótesis planteada en el mencionado estudio donde se hace notorio la presencia de relación positiva de efecto pequeño con las variables habilidades sociales y calidad de vida ( $\rho=.273$ ;  $p<.01$ ), Por consiguiente, afirma que a más habilidades sociales se podrá apreciar una mejor calidad de vida en el adolescente y posteriormente en su vida adulta, MINSA menciona también que para lograr resultados hacia un incremento del progreso de habilidades sociales en los individuos dentro de la etapa de la adolescencia, los profesionales dedicados a la educación deberán capacitarse y a su vez detectar y realizar un trabajo de prevención del comportamiento de riesgo que puedan presentar los adolescentes, con este aporte poder impulsar el desarrollo social adaptativo en los adolescentes.

Sotelo et al. (2013) mencionan que el Perú tiene pocos estudios relacionados en cuanto a la calidad de vida en la infancia y la adolescencia, a divergencia de otros países, como el país de Chile. Una de las investigaciones que encontraron en nuestro país es la que realizó el Instituto Especializado de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi (2005), en la investigación epidemiológico de salud mental en Huaraz en el 2003, y realizado en Lima metropolitana en el 2002, para esta evaluación usaron el índice de Mezzich el cual cuenta con una escala de intervalo de 1 al 10 dando como resultado que dentro de la localidad de Huaraz los adolescentes muestran grados aceptables (7.9), y en Lima metropolitana los adolescentes presentan niveles similares (7.83), presentando gran similitud en los resultados que se obtuvieron en cuanto a la variable calidad de vida, apreciando un mayor porcentaje que se distribuye en el nivel medio (83.8%) con una tendencia hacia el nivel alto (14.1%).

Para finalizar, la relación de habilidades sociales y calidad de vida cumple un papel importante y significativo en el estudiante adolescente ya que le brindara

prevenir las conductas des adaptativas lo cual lo llevaran a un mejor desempeño escolar permitiéndole mejores relaciones entre sus pares, familiares, la sociedad, etc. y posteriormente mayores oportunidades en su vida adulta en su desempeño familiar, laboral, profesional y social.

## **5.2. Conclusiones**

Según los resultados obtenidos con la presente investigación, se llega a las siguientes conclusiones:

- Tomando en cuenta el objetivo general, se evidencia presencia de relación positiva de efecto pequeño entre las variables habilidades sociales y calidad de vida ( $\rho=.273$ ;  $p<.01$ ). Esto nos muestra que, a mayor habilidad social, mayor es la calidad de vida en los estudiantes y a mayor calidad de vida, mayor habilidad social.
- Respecto al primer objetivo específico, apreciamos la distribución de los niveles de la variable habilidades sociales y sus dimensiones, en la variable general observamos un mayor porcentaje que se distribuye en el nivel medio (62.2%) después se puede observar el nivel alto (27.4%); de manera similar en cada una de sus dimensiones la del porcentaje más alto va del nivel medio hacia el nivel alto.
- Respecto al segundo objetivo específico, se observa la distribución de los niveles de la variable calidad de vida y sus dimensiones, dentro de la variable general se aprecia que el mayor porcentaje se distribuye en el nivel medio (83.8%) luego se puede observar el nivel alto (14.1%); de manera similar para sus dimensiones la distribución mayor se ubica del nivel alto hacia el nivel medio, a excepción de la dimensión bienestar material donde el mayor porcentaje se concentra en el nivel medio con una tendencia hacia el nivel alto.

- Respecto al tercer objetivo específico, se observa que las habilidades sociales se relaciona positivamente de efecto pequeño y significativamente con la dimensión relaciones interpersonales ( $\rho=.162$ ;  $p<.05$ ), y muy significativamente con las dimensiones bienestar emocional, integración/presencia en la comunidad, desarrollo personal, bienestar físico, autodeterminación, aquiescencia ( $\rho=.195$  a  $.279$ ;  $p<.01$ ); asimismo, las habilidades sociales se relaciona positivamente de efecto medio y muy significativamente con la dimensión bienestar material ( $\rho=.330$ ;  $p<.01$ ).
- Respecto al cuarto objetivo específico, se observa que calidad de vida se relaciona positivamente de efecto pequeño y muy significativamente con las dimensiones autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos del consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto ( $\rho=.219$  a  $.267$ ;  $p<.01$ ); y relación positiva de efecto pequeño y significativa con la dimensión hacer peticiones ( $\rho=.154$ ;  $p<.05$ ).
- Respecto al quinto objetivo específico, se aprecia el análisis de muestras independientes de la variable habilidades sociales y cada una de sus dimensiones según sexo, de lo cual se aprecia ausencia de diferencias significativas ( $p>.05$ ), es decir, tanto varones como mujeres tienden a mostrar habilidades sociales semejantes con respecto a la muestra del estudio.
- Respecto al sexto objetivo específico, se aprecia el análisis de muestras independientes de la variable calidad de vida y sus dimensiones según sexo, de lo cual evidencia la ausencia de diferencias significativas de la variable total y sus dimensiones ( $p>.05$ ), lo cual pone de manifiesto que tanto los varones como mujeres muestran una calidad de vida de modo semejante.

### 5.3. Recomendaciones

Realizando esta investigación y con los resultados y conclusiones que se obtuvieron en el presente estudio se recomienda:

- Teniendo en cuenta la conclusión que a mayor habilidad social mayor es la calidad de vida de los estudiantes y a mayor calidad de vida, mayores habilidades sociales en los estudiantes, por consiguiente, se recomienda que los profesores proporcionen material sobre temas relacionados a las habilidades sociales y la calidad de vida. Al elaborar la presente investigación se halló que El ministerio de educación cuenta con materiales sobre habilidades sociales la cual podemos descargarlo desde la página web.
- Incluir en la programación de la escuela de padres un taller donde se oriente a los padres lo importante que es el desarrollo de habilidades sociales y su relación con la calidad de vida, ya que muchos padres de familia desconocen su importancia, de esta forma se permitirá desarrollar un trabajo en conjunto con la institución educativa.
- Elaborar e incluir un programa para incrementar el desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes que estudian en la institución educativa, el cual podría ser incluido en el horario estudiantil de esta forma se podrá contribuir en la calidad de vida de los estudiantes.
- Realizar talleres extracurriculares de canto, música, reciclaje, cuidado del medio ambiente, etc. esto les permitirá tener mayor relación con sus pares lo cual les permitirá fortalecer sus habilidades sociales. Como ejemplo internacional se menciona la investigación realizada por la INEI en la revista de actualidades investigativas de la educación de Costa Rica.

## **REFERENCIAS**

- Alarcón, V., & Prentice, K. (2018). *Resiliencia y calidad de vida en adolescentes de instituciones educativas públicas del distrito de Ventanilla* [Tesis de pregrado, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio Institucional UNIFÉ. <http://hdl.handle.net/20.500.11955/447>
- Andina. (2014, 6 de mayo). *Servicio de acogimiento familiar del Inabif se extenderá a todo el país*. <https://bit.ly/3V3eZtE>
- Angrehs, R., Crespi, P., & Muñoz, C. (2011). *Habilidades Sociales*. Paraninfo.
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: en una definición integradora. *Revista latinoamericana de psicología*, 35(2), 161–164. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>
- Caballo, V. (1988). *Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Promolibro.
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (7ª ed.). Siglo XXI editores. <https://bit.ly/3V2xkY6>
- Cabrera, V. (2013). *Desarrollo de habilidades sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del Centro Municipalidad de Formación Artesanal Huancavilca de la Ciudad de Guayaquil* [Tesis de pregrado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/6562>
- Cova, F. (2004). Diferencia de género en bienestar y malestar emocional. *Terapia psicológica*, 22(2), 165–169. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2052570>
- Cuenca, M. (1999). *Padres y madres frente a las drogas*. <https://bit.ly/3rw4Hoj>
- Fernández, R., & Carroble, J. (1981). *Evaluación conductual: metodología y aplicaciones*. Pirámide.

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2004). *Decálogo sobre los derechos de la infancia en internet* [Diapositiva de PowerPoint]. Observatorio de la infancia en Andalucía. <https://bit.ly/3ruFBGC>
- Galarza, C. (2012). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional UNMSM. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/988>
- Galli, D. (2006). Autopercepción de calidad de vida: un estudio comparativo. *Psicodebate*, 6, 85–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.18682/pd.v6i0.443>
- Gismero, E. (2002). *EHS Escala de Habilidades Sociales*. TEA Ediciones.
- Gómez, M., & Verdugo, M. (2009). *CCVA: Cuestionario de evaluación de la calidad de vida de alumnos adolescentes*. Editorial CEPE.
- Gómez, M. (2007). La calidad de vida de alumnos con necesidades educativas especiales y sin ellas. Elaboración de un marco conceptual y un instrumento de evaluación. *Educacion y diversidad*, (1), 113–136. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2313563>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ª ed.). McGraw – Hill.
- Herrada, A. (2017). *Relación entre clima social familiar y calidad de vida de los estudiantes de cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa San Antonio. Piura, 2014* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Católica]. Repositorio Institucional ULADECH. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/114>
- Huamán, A. (2018). *Habilidades sociales en estudiantes de quinto año de nivel secundario de una institución educativa – Chiclayo 2015* [Tesis de pregrado,

- Universidad Privada Juan Mejía Baca]. Repositorio Institucional UMB  
<http://repositorio.umb.edu.pe:8080/jspui/handle/UMB/188>
- Instituto Especializado de Salud Mental Honorio Delgado – Hideyo Noguchi. (2005).  
*Estudio epidemiológico de salud mental en Huaraz 2003*. Serie Monografías.  
<https://bit.ly/3RytWkz>
- Krauskopf, D. (2007). *Adolescencia y resiliencia*. Paidós.
- Lefrancois, G. (2001). *El ciclo de la vida* (6ª ed.). Thomson Editores.  
<https://bit.ly/3REjMij>
- Ministerio de Educación. (2007). *Habilidades Sociales. Serie 2 para Docentes de Secundaria*. Ministerio de Educación. <https://bit.ly/3McZQCe>
- Ministerio de Educación. (2016). *Currículo Nacional de la Educación Básica*.  
Ministerio de Educación. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
- Ministerio de Educación. (2019). *Violencia escolar*. Síseve.  
<http://www.siseve.pe/Web/>
- Ministerio de Salud. (2005). *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares*. Ministerio de Salud. <https://bit.ly/2w3RUzV>
- Monasterio, A. (2019). *Habilidades sociales y conductas de riesgo en adolescentes de una Institución Educativa Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL.  
<https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/8815>
- Monroy, A. (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y la juventud: guía práctica para padres y educadores*. Editorial Pax México. <https://bit.ly/3CCezDD>
- Montañez, M., Bartolomé, R., Montañez, J., & Parra, M. (2008). Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. *Ensayos: revista de la Escuela*



*Universitaria de Formación del Profesorado de Albacete*, 23, 391–407.

<https://hdl.handle.net/11162/218952>

Munisalud. (2009, noviembre). *Aula Tecnológica: Tecnología y aprendizaje, una alianza estratégica*. <http://munisalud.muniguate.com/2009/10nov/sabia1.php>

Munisalud. (2011, febrero). *Prepárate para iniciar el ciclo escolar*. [http://munisalud.muniguate.com/2011/01feb/estilos\\_saludables01.php](http://munisalud.muniguate.com/2011/01feb/estilos_saludables01.php)

Munive, W. (2018). *Habilidades sociales que practican los estudiantes de la I.E. Gran Mariscal Ramón Castilla - Oroya 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio Institucional UNH. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1537>

Orbea, S. (2019). *Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes de bachillerato de una unidad educativa de cantón Ambato* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica de Colombia]. Repositorio Institucional PUCESA. <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2756>

Organización Mundial de la Salud. (2014). *Salud para los adolescentes del mundo. Una segunda oportunidad para la segunda década*. Organización Mundial de la Salud. <https://bit.ly/3fEH1LX>

Rosales, G. (2013). *Calidad de vida en alumnos adolescentes de un Colegio Privado de Santa Cruz de Quiché* [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional Universidad Rafael Landívar. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Rosales-Gabriela.pdf>

Rúgolo, M., Sánchez, M., & Tula, R. (2008). *Escuela para padres*. Circulo Latino Austral. S.A.

Ruiz, C., & Quiroz, M. (2013). *Escala de Habilidades Sociales: Características psicométricas de confiabilidad, validez y normalización para adolescentes y*

*jóvenes de la ciudad de Trujillo*. II Jornada de investigación científica de psicología – UPAO 2014.

Ruiz, C., & Quiroz, M. (2014). *EHS: Escala de Habilidades sociales: características psicométricas de confiabilidad, validez y normalización para adolescentes y jóvenes de la ciudad de Trujillo*.

Schalock, R. (1997). *Calidad de vida individual*. <https://bit.ly/3e9ZlfC>

Schalock, R., & Verdugo, M. (2007). El concepto de calidad de vida en los servicios y apoyos para personas con discapacidad intelectual. *SigloCero*, 38(4), 21–36. <https://hdl.handle.net/20.500.12365/18060>

Sotelo, N., Sotelo, L., Domínguez, S., & Barbosa, M. (2013). Estudio comparativo de la calidad de vida de niños y adolescentes escolarizados de Lima y Áncash. *Avances en Psicología*, 21(1), 65–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.33539/avpsicol.2013.v21n1.307>

Torres, S. (2018). *Estilos de crianza y su relación con las habilidades sociales en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Institucional Universidad Técnica de Ambato. <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/27698>

UNESCO. (2013). *Educación y habilidades socioemocionales*. Boletín LLECE.

Verdugo, M. (2001, 12 de octubre). *Autodeterminación y calidad de vida de las personas con discapacidad. Propuesta de actuación* [Conferencia plenaria] Congreso Argentino sobre el Adulto con Discapacidad Mental. <https://bit.ly/3SVcR5q>

Verdugo, M. (2009). El cambio educativo desde una perspectiva de calidad de vida. *Revista de educación*, 349, 23–43. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2995002>

Zubarew, T., & Correa, L. (2009). *Es normal la conducta de mi hijo adolescente*.

<http://www.educarchile.cl/Portal.Base/Web/VerContenido.aspx?ID=199679>

## **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistencia

TITULO	FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	METODO	VARIABLE / DIMENSION
Habilidad es Sociales y calidad de vida en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.	¿Cuál es la relación entre habilidades sociales y calidad de vida en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019?	<p>Determinar la relación entre habilidades sociales y calidad de vida en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p> <p>Establecer los niveles de la variable de habilidades sociales y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019</p> <p>Establecer los niveles de la variable de calidad de vida y sus dimensiones en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019</p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones de la variable habilidades sociales y la variable de calidad de vida en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones de la calidad de vida y la variable habilidades sociales en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p> <p>Determinar si existen diferencias según sexo de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019</p> <p>Determinar si existen diferencias según sexo de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p>	<p>Existe relación entre las habilidades sociales y calidad de vida en los estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la variable habilidades sociales y la variable de calidad de vida en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p> <p>H2: Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la calidad de vida y la variable habilidades sociales en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019.</p> <p>H3: No existe diferencia según sexo de la variable habilidades sociales y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019</p> <p>H4: No existe diferencia según sexo de la variable calidad de vida y sus dimensiones en los estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas nacionales, Ate 2019</p>	<p>Investigación tipo: transversal.</p> <p>Diseño de investigación: Correlacional.</p> <p>Naturaleza de la investigación: Aplicada.</p> <p>Instrumentos de la investigación: Escala de habilidades sociales Cuestionario de evaluación de la calidad de vida en adolescentes</p> <p>Población de la investigación: 200</p> <p>Muestra tomada para investigar:</p>	<p>Habilidades sociales</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Defensa de los propios derechos como consumidor</p> <p>Tomar iniciativas en relación al sexo opuesto</p> <p>Expresión de opiniones, sentimientos u opiniones</p> <p>Decir no o defender tus derechos frente a conocidos y amigos</p> <p>Expresarse en situaciones sociales</p> <p>Calidad de vida</p> <p>Dimensiones</p> <p>Relaciones interpersonales</p> <p>Bienestar material</p> <p>Desarrollo personal</p> <p>Bienestar emocional</p> <p>Integración presencia en la comunidad</p> <p>Autodeterminación</p>

## Anexo 2: Escala de habilidades sociales

NOMBRE Y APELLIDO	EDAD	SEXO
CENTRO	FECHA	

### INSTRUCCIONES:

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

ANOTE SU RESPUESTA RODEANDO LA LETRA DE LA ALTERNATIVA QUE MEJOR SE AJUSTE A SU MODO DE SER O DE ACTUAR. COMPRUEBE QUE RODEA LA LETRA EN LA MISMA LÍNEA DE LA FRASE QUE HA LEIDO.

<b>No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.</b>	<b>Más bien no tiene que ver conmigo, aunque algunas veces me ocurre.</b>	<b>Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así.</b>	<b>Muy de acuerdo y me sentiría así en la mayoría de los casos.</b>
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>

Ítem	Pregunta	A	B	C	D
1	A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer estúpido.	A	B	C	D
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc.	A	B	C	D
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A	B	C	D
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que yo, me callo.	A	B	C	D
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle "no".	A	B	C	D
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan lo que dejé prestado.	A	B	C	D
7	Si en un restaurante no me traen la comida como lo había pedido, llamé al camarero y pido que me la hagan de Nuevo.	A	B	C	D
8	A veces no sé qué decir a personas tractivas del sexo opuesto.	A	B	C	D
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago, no sé qué decir.	A	B	C	D
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo.	A	B	C	D
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A	B	C	D
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A	B	C	D

13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A	B	C	D
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A	B	C	D
15	hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A	B	C	D
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A	B	C	D
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A	B	C	D
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tome la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A	B	C	D
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A	B	C	D
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas a tener que pasar por entrevistas personales.	A	B	C	D
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A	B	C	D
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A	B	C	D
23	Nunca se cómo "cortar" a un amigo que habla mucho.	A	B	C	D
24	Cuando decido que no me apetece volver salir con una persona me cuesta comunicarle mi decisión.	A	B	C	D
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A	B	C	D
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que haga un favor.	A	B	C	D
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A	B	C	D
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A	B	C	D
29	Me cuesta expresar mi opinión en grupos (en clases, en reuniones, etc.).	A	B	C	D
30	Cuando alguien se me adelanta en una fila, hago como si no me diera cuenta.	A	B	C	D
31	Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados.	A	B	C	D
32	Muchas veces prefiero ceder, callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas.	A	B	C	D
33	Hay veces que no se negarme a salir con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A	B	C	D

### Anexo 3: Cuestionario de evaluación de la calidad de vida de estudiantes adolescentes

nombre y apellido: \_\_\_\_\_

edad: \_\_\_\_ sexo: \_\_\_\_ centro: \_\_\_\_ fecha: \_\_\_\_

instrucciones:

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

anote su respuesta rodeando la letra de la alternativa que mejor se ajuste a su modo de ser o de actuar. compruebe que rodea la letra en la misma línea de la frase que ha leído.

<b>No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.</b>	<b>Más bien no tiene que ver conmigo, aunque algunas veces me ocurre.</b>	<b>Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe o me sienta así.</b>	<b>Muy de acuerdo y me sentiría así en la mayoría de los casos.</b>
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>

Ítem	Pregunta	TA	A	D	TD
1	a) Me llevo bien con mis padres b) Me llevo bien con mis hermanos/as.				
2	En mi ciudad encuentro los servicios que necesito (hospitales, institutos, facultades, tiendas, centros deportivos y de ocio...)				
3	Tengo muchas cosas que otros chicos/as de mi edad no tienen (equipo de música, zapatillas de deporte y gafas de sol de marca, video-consola, etc.)				
4	Soy feliz.				
5	En general mi salud es buena.				
6	La educación que estoy recibiendo me va a ayudar a progresar en el futuro.				
7	Tomo decisiones importantes en relación con mi vida (por ejemplo, tomo decisiones sobre lo que quiero estudiar)				
8	Siempre digo la verdad.				
9	Me llevo bien con la mayor parte de las personas que conozco.				
10	Siempre me comporto correctamente.				



11	Creo que la situación económica de mi familia es peor que la de muchos de mis compañeros.				
12	Me siento importante.				
13	Tengo que tomar medicamentos				
14	La educación que recibo es completa, útil y adecuada.				
15	La salud es importante para mí.				
16	Soy un buen perdedor.				
17	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Mantengo buenas relaciones con mis abuelos.</li> <li>b) Mantengo buenas relaciones con mis tíos</li> <li>c) Mantengo buenas relaciones con mis primos</li> </ul>				
18	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Estoy informado/a de las actividades en las que puedo participar en el colegio.</li> <li>b) Estoy informado de las actividades en las que puedo participar en el barrio.</li> <li>c) Estoy informado/a de las actividades en las que puedo participar en otros lugares de la ciudad.</li> </ul>				
19	Creo que la situación económica de mi familia es mejor que la de muchos de mis compañeros.				
20	Me siento un cero a la izquierda.				
21	Siempre estoy dispuesto a admitir un error cuando lo he cometido.				
22	Soy una persona bastante independiente				
23	Nunca he dicho nada malintencionado acerca de nadie.				
24	Mis amigos me ayudarían si lo necesitara.				
25	Los demás respetan mis derechos.				
26	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Mis padres me dan una paga semanal o mensual que me permite comprar lo que necesito.</li> <li>b) Mis padres me dan una paga semanal o mensual que me permite ahorrar.</li> </ul>				
27	En general, mi vida me satisface.				
28	Intento llevar una vida sana.				
29	Soy una persona autónoma.				
30	La educación que recibo es poco útil, incompleta e inadecuada.				
31	Hay alguien especial en mi vida que me escúchame, cuida, me quiere y con quien lo paso bien				
32	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) En el colegio hay bastantes actividades en las que puedo participar (campeonatos, asociaciones ...)</li> <li>b) En un barrio hay bastantes actividades en las que puedo participar (campeonatos, asociaciones, grupos de ocio ...)</li> <li>c) En la ciudad hay bastantes actividades en las que puedo participar (campeonatos, asociaciones, grupos de ocio...)</li> </ul>				
33	No tengo demasiadas preocupaciones que hagan difícil mi vida.				
34	Nunca tomo decisiones, otros deciden por mí (por ejemplo, mis padres deciden lo que debo estudiar)				

35	Lo que he conseguido hasta ahora en el colegio y el instituto ha sido el resultado de mi esfuerzo.				
36	Aunque mis padres y profesores me aconsejan sobre lo mejor para mí, la última palabra es mía.				
37	Nunca he sido mal educado con mis padres.				
38	Si necesitara ayuda, cuento con persona que me la ofrecería.				
39	Mi casa es confortable.				
40	Me gusta mi cuerpo.				
41	Tengo problemas médicos permanentes de tipo visual auditivo y/o físico.				
42	La mayor parte de los profesores saben bastante de su signatura				
43	Mis padres controlan totalmente mi vida.				
44	Siempre he pedido disculpas cuando he dicho o he hecho algo malo.				
45	a) Las relaciones con mis padres son difíciles b) Las relaciones con mis hermanos son difíciles				
46	Participo en bastantes actividades en el colegio y fuera del (equipos deportivos, asociaciones culturales, etc.)				
47	Los ingresos de mis padres no nos permiten darnos caprichos				
48	En general estoy contento/a con mi vida				
49	Mi estado de salud no es bueno				
50	Me siento incapaz de aprobar alguna asignatura				
51	No puedo elegir casi nada, todo me lo imponen (lo que debo estudiar, como debo vestirme con quien debo salir, a qué hora llegar a casa, etc.)				
52	En general me divierte molestar a los demás				
53	Tengo un buen número de amigos				
54	a) Creo q en el colegio se respeta a todo tipo de personas, aunque sean diferentes. b) Creo que en mi barrio se respeta a todo tipo de personas, aunque sean diferentes. c) Creo que en la ciudad se respeta a todo tipo de personas, aunque sean diferentes.				
55	El sueldo de mis padres nos permite vivir bien				
56	Me siento conmigo mismo/a				
57	intento aprender diariamente sobre mí mismo intento aprender diariamente cosas que me sean útiles				
58	Tengo las riendas de mi vida				
59	Nunca me han castigado / regañado ni en casa ni en clase				
60	Mi ciudad no tiene muchos servicios que necesito (hospitales, facultades, lugares de ocio)				
61	Siempre respeto los derechos de los demás.				