

**UNIVERSIDAD DE HUANUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

---

**“Autoestima y su relación con las habilidades sociales en los  
estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología  
de la Universidad de Huánuco 2025”**

---

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA: Salicio Espinoza, Karina Kimberly**

**ASESORA: Portocarrero Zevallos, Judith Martha**

**HUÁNUCO – PERÚ**

**2025**

U

D

H



**UDH**  
UNIVERSIDAD DE HUANUCO  
<http://www.udh.edu.pe>

**TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

- Tesis ( X )
- Trabajo de Suficiencia Profesional ( )
- Trabajo de Investigación ( )
- Trabajo Académico ( )

**LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN:** Psicología educativa  
**AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN** (2018-2019)

**CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:**

**Área:** Ciencias sociales

**Sub área:** Psicología

**Disciplina:** Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

**DATOS DEL PROGRAMA:**

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio ( X )
- UDH ( )
- Fondos Concursables ( )

**DATOS DEL AUTOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 48156622

**DATOS DEL ASESOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 06650813

Grado/Título: Doctora en educación

Código ORCID: 0000-0003-2025-3286

**DATOS DE LOS JURADOS:**

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Malpartida Repetto, José Luis	Doctor en educación	22486072	0000-0001-5160-6887
2	Mendoza Morales, Carmen	Maestra en gestión pública	22515653	0000-0002-5360-1649
3	Calero Bravo, Roberto Angelo	Magister en Economía	71586889	0000-0002-7060-7866

**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Programa Académico Profesional de Psicología**  
*"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"*

**"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las **15:30 P.M.** horas del día **01** del mes de diciembre del año dos mil veinticinco, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- DR. JOSE LUIS MALPARTIDA REPETTO **PRESIDENTE**
- MG. CARMEN MENDOZA MORALES **SECRETARIA**
- MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO **VOCAL**
- MG. RENEE DEL CARMEN TELLEZ CORDERO (**JURADO ACCESITARIO**)
- **ASESOR DE TESIS DR. JUDITH MARTHA PORTOCARRERO ZEVALLOS**

Nombrados mediante Resolución N° 4302-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"AUTOESTIMA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER Y SEGUNDO CICLO DEL PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA, UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO 2025"**; Presentado por la Bachiller en Psicología, SRA. SALICIO ESPINOZA, KARINA KIMBERLY, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) Aprobado por unanimidad con el calificativo cuantitativo de 15 y cualitativo de Buena.

Siendo las, 4:42 Horas del día 01 del mes de Diciembre del año 2025, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

  
DR. JOSE LUIS MALPARTIDA REPETTO

orcid.org/0000-0001-5160-6887 - DNI: 22486072  
**PRESIDENTE**

  
MG. CARMEN MENDOZA MORALES

orcid.org/0000-0002-5360-1649 - DNI: 22515653

**SECRETARIA**

  
MG. ROBERTO ANGELO CALERO BRAVO

orcid.org/0000-0002-7060-7866 - DNI: 71586889  
**VOCAL**

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 - Jr. Progreso N° 650 - Teléfono La Esperanza: (062) 518452 - (062) 515151 Anexo 331  
Telefax: 062 513154 - E-mail: [ud.ocv@terra.com.pe](mailto:ud.ocv@terra.com.pe)

HUÁNUCO - PERÚ





## UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

### CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: KARINA KIMBERLY SALICIO ESPINOZA, de la investigación titulada "AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON LAS HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER Y SEGUNDO CICLO DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO 2025", con asesor(a) JUDITH MARTHA PORTOCARRERO ZEVALLOS, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 1491-2018-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 25 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 10 de octubre de 2025



RICHARD J. SOLIS TOLEDO  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA  
D.N.I.: 71345687  
cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

## 44. Karina Kimberly Salicio Espinoza.docx

### INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

25%

FUENTES DE INTERNET

13%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

### FUENTES PRIMARIAS

1

[hdl.handle.net](http://hdl.handle.net)

Fuente de Internet

8%

2

[repositorio.udh.edu.pe](http://repositorio.udh.edu.pe)

Fuente de Internet

3%

3

[repositorio.uladech.edu.pe](http://repositorio.uladech.edu.pe)

Fuente de Internet

2%

4

[repository.usta.edu.co](http://repository.usta.edu.co)

Fuente de Internet

1%

5

[repositorio.continental.edu.pe](http://repositorio.continental.edu.pe)

Fuente de Internet

1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO

D.N.I.: 47074047

cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



MANUEL E. ALIAGA VIDURIZAGA

D.N.I.: 71345687

cod. ORCID: 0009-0004-1375-5004

## **DEDICATORIA**

Con mucho amor y cariño a mi madre por ser la que día tras día guía mi camino al éxito.

## **AGRADECIMIENTO**

Con mucho afecto a todas las autoridades, personal administrativo y docentes de la Universidad de Huánuco.

A la coordinación y educadores de la escuela profesional de psicología de la Universidad de Huánuco, por su abnegada formación profesional.

A mi asesora Dra. Judith Portocarrero por su tolerancia y comprensión en el desarrollo de la investigación.

A mis familiares hermanos, tíos, por su respaldo y comprensión en momentos de mayor necesidad.

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	II
AGRADECIMIENTO .....	III
ÍNDICE .....	IV
ÍNDICE DE TABLAS .....	VI
ÍNDICE DE FIGURAS .....	VII
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT .....	IX
INTRODUCCIÓN.....	X
CAPÍTULO I.....	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	11
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA .....	11
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	17
1.2.1. PROBLEMA GENERAL .....	17
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS .....	18
1.3. OBJETIVOS .....	18
1.3.1. OBJETIVO GENERAL .....	18
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	18
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA .....	19
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA .....	19
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA .....	20
1.5. LIMITACIONES .....	20
1.6. VIABILIDAD .....	20
CAPÍTULO II.....	22
MARCO TEÓRICO .....	22
2.1. ANTECEDENTES.....	22
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	22
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES .....	23
2.1.3. ANTECEDENTES REGIONALES .....	25
2.2. BASES TEÓRICAS .....	27
2.2.1. AUTOESTIMA.....	27
2.2.2. HABILIDADES SOCIALES.....	38



2.3. DEFINICIONES DE TÉRMINOS BÁSICOS .....	46
2.4. HIPÓTESIS .....	48
2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL .....	48
2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS.....	48
2.5. VARIABLES.....	49
2.5.1. VARIABLE 1.....	49
2.5.2. VARIABLE 2.....	49
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	50
CAPÍTULO III.....	52
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	52
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	52
3.1.1. ENFOQUE .....	52
3.1.2. ALCANCE O NIVEL .....	52
3.1.3. DISEÑO .....	53
3.2. POBLACIÓN – MUESTRA .....	53
3.3. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS ...	55
3.3.1. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	55
3.4. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	55
3.5. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	58
3.5.1. PLAN DE TABULACIÓN .....	58
3.5.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS) .....	59
CAPÍTULO IV .....	60
RESULTADOS .....	60
4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	60
4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL .....	71
CAPÍTULO V .....	75
DISCUSIÓN.....	75
CONCLUSIONES .....	79
RECOMENDACIONES.....	80
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	81
ANEXOS .....	90

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Nivel de autoestima en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	60
Tabla 2 Nivel de sí mismo general en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	61
Tabla 3 Nivel social pares en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	62
Tabla 4 Nivel hogar en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	63
Tabla 5 Nivel de habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	64
Tabla 6 Nivel de primeras habilidades sociales básicas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	65
Tabla 7 Nivel de habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	66
Tabla 8 Nivel de habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	67
Tabla 9 Nivel de habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	68
Tabla 10 Nivel de habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	69
Tabla 11 Nivel de habilidades de planificación en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	70
Tabla 12 Prueba de normalidad .....	71
Tabla 13 Relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	71
Tabla 14 Nivel de relación de sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	72
Tabla 15 Nivel de relación de social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	73
Tabla 16 Nivel de relación de hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	74

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Nivel de autoestima en los estudiantes universitarios de la Universidad de Huánuco 2025 .....	60
Figura 1 Nivel de sí mismo general en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	61
Figura 3 Nivel social pares en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	62
Figura 4 Nivel hogar en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	63
Figura 5 Nivel de habilidades sociales en los estudiantes universitarios de la Universidad de Huánuco 2025 .....	64
Figura 6 Nivel de primeras habilidades sociales básicas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	65
Figura 7 Nivel de habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	66
Figura 8 Nivel de habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	67
Figura 9 Nivel de habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	68
Figura 10 Nivel de habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	69
Figura 11 Nivel de habilidades de planificación en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025 .....	70

## RESUMEN

Investigación quien presento como finalidad determinar la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Siendo un estudio de tipo básica, enfoque cuantitativo, nivel y diseño correlacional, la población establecida por alumnos del I y II ciclo de la escuela académica profesional de psicología, siendo los instrumentos la escala de autoestima de Cooper Smith (Self-Esteem Inventory) autor Stanley Cooper Smith con una fiabilidad de la prueba del alfa de Cronbach de 0,849 (bueno) y la lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein con un promedio de fiabilidad de 0,936 (excelente).

Concluyendo que no hay relación de la autoestima y las habilidades sociales en los alumnos universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, presentando un nivel bilateral de  $0,956 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel de autoestima del 78,3% autoestima es medio alto, el 15,1% medio bajo, el 5,3% alto y el 1,3% es bajo y de las habilidades sociales el 40,8% normal, el 22,4% bueno y no satisfactorio, el 12,5% excelente y el 2% el nivel mal.

**Palabras claves:** Autoestima, habilidades sociales, básicas, avanzadas, sentimientos

## **ABSTRACT**

This research aims to determine the relationship between self-esteem and social skills in first- and second-year psychology students at the University of Huánuco (2025).

This research is basic, with a quantitative approach, correlational level and design. The population consisted of first and second-year students of the Professional Academic School of Psychology. The instruments used were the Cooper-Smith Self-Esteem Inventory, authored by Stanley Cooper Smith, with a Cronbach's alpha test reliability of 0.849 (good), and the Goldstein Social Skills Checklist, with an average reliability of 0.936 (excellent).

The conclusion is that there is no relationship between self-esteem and social skills in first- and second-year psychology students at the University of Huánuco (2025), with a bilateral alpha value of  $0.956 > 0.05$ . With a self-esteem level of 78.3%, self-esteem is medium-high, 15.1% is medium-low, 5.3% is high, and 1.3% is low. Regarding social skills, 40.8% are average, 22.4% are good and unsatisfactory, 12.5% are excellent, and 2% are poor.

**Keywords:** Self-esteem, social skills, basic, advanced, feelings



## INTRODUCCIÓN

Según los reportes de la Organización Mundial de la Salud (2022), 194 estados que conforman la OMS suscribieron un plan de acción integral sobre salud mental 2013 – 2030, comprometiéndose a lograr metas mundiales que transforme la salud mental, demostrando que su cambio o transformación es posible.

La autoestima es la base imprescindible para lograr una adecuada salud mental considerado un estado de equilibrio psíquico que ayuda a la gente a lidiar con situaciones estresantes de la vida, desplegar todas sus capacidades, aprender y trabajar de forma correcta, así como colaborar en la mejoría de su comunidad. Se trata de un componente fundamental de la salud y el bienestar que respalda nuestras aptitudes para adoptar decisiones, entablar relaciones y moldear el planeta en el que habitamos, tanto a escala individual como colectiva. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental y un factor clave para crecer como persona., comunitario y socioeconómico

El informe de tesis presentado se encuentra distribuido en capítulos que fueron realizadas de forma sistemática y coherente distribuyéndose: Capítulo I: Problemática de investigación, incluyendo descripción y planteamiento del problema, objetivos generales y específicos, fundamentación, límites y viabilidad de la investigación. Capítulo II: Marco Teórico: Antecedentes de la investigación, bases teóricas, definiciones conceptuales, hipótesis, variables y la operacionalización. Capítulo III: Metodología de la investigación: Tipo de investigación, enfoque, ámbito o alcance, diseño, población muestral, técnicas e instrumentos de recolección de datos, y técnicas de tratamiento y análisis de la información. Capítulo IV: Resultados: Exposición de cuadros y gráficos estadísticos, comprobación de hipótesis y comparaciones. Capítulo V: Discusión de los resultados obtenidos. Conclusiones. Recomendaciones. Referencias bibliográficas y los anexos.

# **CAPÍTULO I**

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

Según la Universidad Nacional de Loja (2020), refiere a la autoestima como una noción que en los últimos decenios ha traspasado el terreno científico para transformarse en una variable frecuentemente empleada con el fin de tratar de explicar el triunfo, el fracaso y las coyunturas propias de la vida de un individuo en cualquier estadio de su evolución. Uno de los momentos más decisivos en el desarrollo de la autoestima es la adolescencia, donde la autoestima resulta decisiva para la formación de la personalidad, la salud psíquica y la adaptación al entorno. La vulneración de este ámbito vital repercute en las relaciones interpersonales, la ansiedad, la mala adaptación y el bajo rendimiento académico, entre otros aspectos. Uno de cada cuatro jóvenes de entre 7 y 17 años presenta autoestima reducida y admite padecer síntomas de estrés postraumático, ansiedad y depresión, de acuerdo con un sondeo efectuado en 25 000 alumnos. De ellos, más de la mitad (51%) afirma contar con escasas personas en quienes confiar. El 32% declara que en ocasiones se considera malo o sin esperanza. En un 28% de los casos, los jóvenes expresan que no se sienten cómodos con su identidad. El 23% dice que si pudieran volver a nacer, desearían ser distintos. El 20% opina que son más vulnerables que los demás. Esta situación suele estar relacionada con el entorno educativo, como, por ejemplo, la falta de entendimiento de una asignatura o el bullying. Estos conflictos causan aislamiento social, lo que afecta directamente el bienestar emocional y conduce a disfunciones tanto a nivel académico como personal. A veces, un adolescente con poca autoestima se niega a estudiar porque no tiene la seguridad de que sus esfuerzos vayan a ser premiados. Está tan habituado al fracaso que prefiere no molestarse. Lamentablemente, los progenitores y los maestros coadyuvan a ello al estar constantemente estigmatizando lo que el alumno no es capaz de hacer y menospreciando sus aptitudes. Todo ello pone de manifiesto que el sistema formativo y la sociedad en su conjunto están llamados a dar una respuesta eficaz y objetiva a este problema, asegurando la estabilidad social,

personal y escolar de los estudiantes, con el fin de favorecer su formación integral.

Según Rojas (2023), la adolescencia es un período del desarrollo humano en el que se producen cambios a nivel corporal, psíquico y social. Es importante estudiar ciertos aspectos cognitivos y socioafectivos durante este período, ya que así se puede asegurar un mejor soporte. La autoestima resulta un tema muy estudiado y comentado, con una directa vinculación con el bienestar global del individuo, sugiriendo que puede ser un buen indicativo de la salud psíquica. Numerosos estudios corroboran la inversa vinculación entre la autoestima y los cuadros depresivos, el trastorno obsesivo-compulsivo, la ansiedad, entre otros. Por consiguiente, conocer este dato es una valiosa fuente de información que permitirá predecir posibles alteraciones psicopatológicas y evitarlas. En la evaluación de la Escala de Autoestima de Rossemberg, participaron 150 adolescentes, 53% varones y 47% féminas, de edades comprendidas entre los 13 y los 17 años, de distintos orígenes étnicos, alumnos de los cursos de noveno a duodécimo grado de un establecimiento educativo de la ciudad de Tena, provincia de Napo, seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Sus hallazgos constituyen una base sólida para el estudio de la autoestima en adolescentes y su vinculación con las competencias sociales. Los cuales reflejaron que en comparación de grupos niveles de autoestima, el 10% de varones presentan una autoestima baja, el 2.5% presenta autoestima media, el 87.3% presenta autoestima elevada. En cuanto a las mujeres, el 9.9% presentan mínima autoestima, el 2.8% presentan un nivel promedio, el 87.3% presentan una alta autoestima.

Según la Fundación Europea, Sociedad y Educación (2025), refiere que España participó en un estudio de la OCDE que evaluó las destrezas sociales y afectivas de alumnos de entre 10 y 15 años. Los investigadores midieron 15 habilidades dispuestas en cinco dominios. Participaron 15 países de América, Europa y Asia, y de cada uno se encuestaron al menos 3,000 estudiantes. Este estudio, a diferencia de publicaciones anteriores de la OCDE, contrasta cómo se promueven las habilidades sociales y emocionales en las escuelas, los hogares y la sociedad. Los docentes de estudiantes de 15 años en España

se sintieron menos capacitados para desarrollar y comprender las habilidades sociales y emocionales de los alumnos que los docentes de estudiantes de 10 años. En un cuestionario, los docentes de Bulgaria, España y Ucrania indicaron que ocho de cada diez se sentían incapaces de entender los sentimientos y emociones del alumnado o de ayudarlos a desarrollar habilidades sociales y emocionales. En contraste, en casi todos los demás países, más de ocho de cada diez docentes se mostraron confiados en estas tareas de enseñanza. Un 13% de los docentes en Emilia-Romaña (Italia), Perú y España carecían de formación en la práctica del aula, pedagogía y contenido de las asignaturas enseñadas.

Según la revista Simbiosis, educación y psicología (2024), refiere que, por naturaleza, los seres humanos son criaturas sociales, donde la comunicación y las relaciones interpersonales constituyen actividades fundamentales. Buscamos en nuestras interacciones sociales la realización personal, el éxito y la felicidad, aunque no siempre logremos alcanzarlos. Profundizando en estos aspectos, resulta interesante retomar la definición de habilidad como la capacidad o disposición psicológica que nos permite comprender la variabilidad de las reacciones que observamos en distintas personas frente a una misma circunstancia. La capacidad en sí misma no es perceptible de manera directa. En su investigación, realizada con el propósito de caracterizar las competencias sociales en adolescentes de 12 a 14 años. Los resultados del estudio revelan que las habilidades sociales avanzadas, caracterizadas por la adaptación y pertenencia al grupo presentan el nivel de desarrollo más alto entre los adolescentes, al contrario de las primeras habilidades sociales, muestran dificultades particulares. Se concluye que, se identificaron fortalezas y debilidades en diferentes grupos, lo que subraya la necesidad de diseñar programas específicos para fortalecer estas habilidades, especialmente en aquellos que presenten dificultades o se encuentren en situaciones de riesgo. Por lo tanto, el 100% de la muestra participante dentro del proyecto de investigación, de los cuáles 36,76% estudiantes demostraron tener un normal grado de destreza sociales básicas, los resultados conseguidos ponen de manifiesto que la mayoría de los estudiantes logran mantener una normalidad en las habilidades para

escuchar, iniciar, así como para entablar una conversación, hacer una pregunta, expresar gratitud, presentarse y/u ofrecer un cumplido, continuamente. Le sigue un 25% posee un buen nivel resaltando dentro de las capacidades sociales iniciales, le sigue un 16,18% correspondiente a un deficiente nivel, donde sus habilidades sociales son casi nulas al momento de escuchar, iniciar, así como mantener una conversación, hacer una pregunta, expresar gratitud, presentarse y/u ofrecer un cumplido, continuamente un 13,24% con un bajo nivel, es decir, existen dificultades dentro de las particularidades que se desarrollan dentro del campo social referentes a la comunicación, relaciones interpersonales que abarcan la capacidad de escuchar activamente, la empatía, la atención, el reconocimiento del interés ajeno y la gratitud por diversos favores. Finalmente, el 8,82 % posee un dominio óptimo de las competencias sociales básicas, lo que les permite interactuar con los demás de manera fundamental. Finalmente, en la edad de 14 años los niveles de la mayoría de los adolescentes de ambos sexos presentan dificultades de sus habilidades sociales, sobre todo en la dimensión IV (destrezas alternativas agresivas) en la cual se puede describir que los estudiantes contestan de manera nociva, no evitan incluirse en problemas con las demás personas y no mantienen un autocontrol en sus acciones.

Según la revista Perú 21, (2024), refiere que el amor propio y la autoaceptación son temas fundamentales que afectan la vida diaria de millones de mujeres en todo el mundo. En el Perú, esta realidad es particularmente compleja. Factores profundamente arraigados en nuestra sociedad, como la pobreza, el machismo y la presión constante de los medios de comunicación y las redes sociales, agudizan los desafíos que enfrentan las mujeres jóvenes en su relación consigo mismas. Especialmente preocupante es la situación de las jóvenes en los sectores más vulnerables. Más del 50% de ellas cree que su valor como personas está ligado a su apariencia física, un indicador claro de cómo la desigualdad social y la falta de oportunidades refuerzan esta percepción. Estas jóvenes crecen en un entorno donde los estándares de belleza inalcanzables, que se ven tanto en los medios como en las redes sociales, las impactan constantemente y las dejan atrapadas en un ciclo de autoanulación y pérdida de confianza. Casi un 20% de las mujeres



encuestadas afirman que las redes sociales les generan un sentimiento constante de insatisfacción. Tres de cada cinco mujeres experimentan emociones negativas al mirarse al espejo, lo que desencadena una baja autovaloración. Los indicadores se agravan entre las jóvenes de sectores socioeconómicos más vulnerables. Solo el 18% de las mujeres encuestadas responden que se sienten muy satisfechas con su apariencia física. El 13% dice no estar ni satisfecha ni insatisfecha. En cuanto a las emociones al verse al espejo, el 46% considera que siente confianza y el 31% aceptación.

Según Díaz (2024), refiere que hoy en día el estudio de la autoestima ha alcanzado a tener mucha aprobación, optando por ser una variable que influye y desencadena múltiples complicaciones e inclusive un problema psicológico que afecta a la salud mental. La autoestima es considerada como un elemento que repercute en gran medida en el aprendizaje y rendimiento escolar de cada estudiante. La autoestima, es un factor común entre las personas, pero con frecuencia no es posible realizar un análisis exhaustivo óptimo. Está presente en todas las áreas de vida, incluso en el área educativa. Por lo tanto, en un colegio nacional de Perú, se evidencia que tienen una autoestima alta 2 estudiantes del género masculino representados por un (2,1%) y 1 estudiante por el lado femenino (1,0%). En cuanto al nivel medio, está representado por 9 estudiantes con un (9,3%) por parte del género masculino y 2 estudiantes femeninas con un (2,1%). Por último, en el nivel de autoestima baja, está representado por 5 estudiantes masculinos con un (5,2%) y 10 estudiantes femeninos con un (10,3%). Por otro lado, en el 3er grado B, no se identifican estudiantes con alta autoestima, para ninguno de los géneros (0%). En referencia a la autoestima media, se puede observar que 14 alumnos del género masculino representan a un (14,4%) y 7 por el lado femenino con un (7,2%), teniendo mayor porcentaje en la parte masculina. Además, la autoestima baja, únicamente se ha representado por 1 estudiante masculino (1,0%) y 9 estudiantes femeninos con un (9,3%) poseen este porcentaje. Finalmente, en 3er grado C, en el nivel autoestima alta, no hubo representación femenina (0%) pero si 3 estudiantes del género masculino (3,1%) lo cual se encuentra representado más por los estudiantes varones. Con respecto a la autoestima media, sólo 7 estudiantes masculinos (7,2%) y

6 estudiantes femeninos (6,2%), muestran una pequeña variación entre ambos géneros. Por consiguiente, en el área de baja autoestima, hay 10 estudiantes varones con un (10,3%) y 8 estudiantes femeninos con un (8,2%) que se encuentran en este nivel, donde los varones se muestran con mayor porcentaje.

Según Acuña (2021), refiere a las competencias sociales como una serie de reacciones, tanto verbales como no verbales, mediante las cuales las personas pueden expresar todo lo que piensan o sienten en diferentes ámbitos, a la vez que respetan lo que piensan o sienten los demás. Esto también contribuirá a incrementar la probabilidad de recibir reforzamiento externo, lo que a su vez consolidará su comportamiento. En su investigación sobre las competencias sociales en alumnos del cuarto de secundaria en un centro privado de San Juan de Miraflores y Chorrillos, se utilizó una muestra de 50 escolares del cuarto de secundaria del campus de San Juan de Miraflores y 50 escolares del cuarto de secundaria del campus de Chorrillos. Entre los resultados obtenidos, se observó que el 46 % de ellos tenía un grado medio de competencias sociales, el 36 % un grado deficiente y el 18 % un grado elevado. Del mismo modo, tampoco se observaron diferencias significativas en cuanto al grado de destrezas sociales entre los adolescentes en función del género, el origen y la edad. El 19 % de las féminas tiene un elevado grado de destrezas sociales, mientras que el 47 % de todas ellas presenta un grado medio y el 34 % un grado deficiente. Por otra parte, el 17 % de todos los varones encuestados tiene un elevado grado de aptitudes sociales, mientras que el 44 % posee un grado medio y el 39 % un grado escaso. La mayoría de ellos, el 46 %, tiene competencias sociales normales. Asimismo, el 36 % tiene un bajo porcentaje de competencias sociales y el 18 % un alto porcentaje.

A nivel regional Reyes (2022), refiere que el aspecto más importante de la personalidad de un individuo es la autoestima, la misma que se traduce en los sentimientos positivos o negativos que tiene una persona sobre sí mismo, también es conocido como la capacidad que tiene una persona de valorarse a sí mismo, la cual sin lugar a duda esta relacionando con muchos aspectos

de la vida de un individuo, siendo esta la influencia directa en el aprendizaje educativo de las personas en formación. En su investigación denominada Autoestima y rendimiento académico en los estudiantes del quinto año del colegio nacional de aplicación Unheval, se obtuvo que el nivel de autoestima en su dimensión escuela de los estudiantes del quinto año, donde el 24,1% se ubican en el grado bajo, 55,2% se ubican en el grado moderado y 20,7% en el nivel Alto. Se observa que prevalece el nivel Moderado con mayor frecuencia. Así mismo, el grado de autoestima del alumnado del quinto año, donde el 44,8% poseen un grado moderado y 55,2% grado alto. Se observa que prevalece el nivel alto con mayor frecuencia.

Ortiz (2023), refiere que tener bajo rendimiento académico afecta la autoestima, la autoestima abarca el desarrollo emocional de un individuo y es esencial para el aprendizaje y el rendimiento académico. Esto significa que la autoestima juega un papel importante en el desarrollo de un niño. La autoevaluación es el proceso de autoevaluación y predicción del rendimiento académico relacionado con la identidad, el respeto, la aceptación, la confianza, la integridad, la seguridad y la creencia en uno mismo. En su investigación autoestima y rendimiento académico en alumnos de Educación Secundaria de la Institución Educativa Integrada Pedro Sánchez Gavidia, se observa que de 100 (100%) alumnos 46 tiene autoestima general muy buena, 43 buena, 6 regular y 5 deficiente.

Los estudiantes de la carrera profesional de psicología los primeros semestres de estudio desconocen la finalidad de la carrera profesional por lo que carecen de interacción social con sus pares dificultando su libre expresión y desarrollo en la convivencia que desarrolla, afectando algunos de ellos su autoestima por la falta de integración a un grupo de estudio.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. PROBLEMA GENERAL**

¿Cuál es la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

### **1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS**

¿Cuál es la relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

## **1.3. OBJETIVOS**

### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Establecer la relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

Identificar la relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Examinar la relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

## **1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA**

Presentado como finalidad instaurar nuevas nociones en cuanto Autoestima y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025. Por ello, según Loja 2020, la autoestima constituye un concepto que, en las recientes décadas, ha trascendido el plano científico para transformarse en una variable de frecuente utilización que busca dar explicación al éxito, al fracaso y a las coyunturas que singularizan la vida del individuo en cualquier etapa de su evolución. De acuerdo con una encuesta efectuada a 25 000 alumnos, el 51% de ellos declara que confía en contadas personas. El 32% declara que en ocasiones considera que son malos o que no hay esperanza para ellos. En un 28% de los casos, los jóvenes expresan que no se sienten cómodos con su identidad. El 23% dice que si pudieran volver a nacer, desearían ser distintos. El 20% opina que son más vulnerables que los demás. Esta situación suele estar relacionada con el entorno educativo, como, por ejemplo, la falta de entendimiento de una asignatura o el bullying. Por lo tanto, se aplicarán distintas estrategias los cuales beneficiarán a los estudiantes, asimismo, dará nuevas estadísticas sobre la autoestima y su relación con las habilidades sociales en Huánuco.

### **1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA**

A nivel práctico, se validaron la escala de autoestima de Cooper Smith y el listado de habilidades sociales de Goldstein, los cuales fueron aplicados a los estudiantes con la finalidad de recoger información acerca del autoestima y habilidades sociales, para después poder analizarlo y trabajar con los estudiantes de acuerdo con los resultados obtenidos. Ejecutando talleres de autoestima y habilidades sociales, fomentando la responsabilidad afectiva y el buen uso de las habilidades sociales. De esta manera incrementar las habilidades de los alumnos para una mejor calidad de vida.



### **1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA**

Para alcanzar los fines fijados en el estudio se hizo uso de los instrumentos ya validados, permitiéndonos planificar diversas actividades individuales o grupales de acuerdo a la problemática de cada estudiante para desarrollar la autoestima como también enseñarle técnicas y herramientas para fortalecer la comunicación efectiva y afectiva, y solucionar conflictos de manera pacífica.

### **1.5. LIMITACIONES**

Las limitaciones presentadas en el desarrollo del estudio fueron las siguientes:

- La falta de antecedentes actualizados relacionados al tema de carácter nacional y regional quienes fueron hallados en repositorios y revistas indexadas en diferentes bases de datos, permitiendo ampliar la información necesaria sobre la autoestima y las habilidades sociales.
- La negativa de algunos alumnos en el proceso de desarrollo de la evaluación quien, al dialogar con cada uno de ellos, comprendieron la finalidad de la aplicación de los instrumentos.

### **1.6. VIABILIDAD**

El estudio fue viable debido a:

- Se obtuvo el permiso y la autorización respectiva de la Universidad de Huánuco para el proceso de aplicación y recopilación de datos.
- Se cuenta con las capacidades y conocimientos necesarios sobre la autoestima y las habilidades sociales permitiendo el desarrollo adecuado del estudio.
- Se contó con los recursos humanos y materiales quienes permitieron la aplicación de manera óptima del instrumento.
- Se contó con los instrumentos necesarios para el proceso de valoración de ambas variables.

- Se realizó la inversión económica necesario en los diferentes recursos materiales necesitados como la movilidad.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES**

##### **2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES**

Moreta & Espín (2024), en Ecuador en la investigación nombrada: Comunicación familiar y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. Con la intención de identificar el vínculo entre la comunidad familiar y la autoestima en universitarios. Bajo un alcance descriptivo correlacional, diseño no experimental-transversal, enfoque cuantitativo y de tipo básica; la muestra estuvo establecida por 377 alumnos de la Universidad Técnica de Ambato, y los instrumentos usados fueron el Cuestionario de Comunicación Familiar Padres/Adolescentes y el Cuestionario de Autoestima de Rosenberg. Llegando a la conclusión que, se visualizó un vínculo positivamente baja entre la comunicación de la familia y la autoestima en los universitarios de Ecuador.

Collantes & Tobar (2023), en Ecuador en el estudio denominado: Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. Buscando determinar el vínculo entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en universitarios ecuatorianos. Empleando un método de tipo básica, diseño no experimental, enfoque cuantitativo y de nivel relacional; 280 universitarios de las carreras de psicología y nutrición de primero a séptimo ciclo constituyeron la muestra, y siendo valorados por los instrumentos Escala Social Media Addiction – SMAS y el Test de Autoestima de Rosenberg, presentando ambos fiabilidad por el alfa de Cronbach. Se pudo concluir que, se identificó un vínculo negativo entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en los universitarios ecuatorianos.

Moreno (2023), en Ecuador en la tesis titulada: Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de enfermería. Buscando examinar

la asociación entre la autoestima y las destrezas sociales en alumnos de enfermería. Utilizando un método de diseño no experimental diseño no experimental, corte transversal, enfoque cuantitativo y de nivel descriptivo correlacional; la muestra estuvo compuesta por la totalidad de la población siendo 493 alumnos de enfermería del Instituto Superior Tecnológico Vida Nueva, medidos por medio de los instrumentos Escala de Habilidades Sociales de Goldstein y la Escala de Autoestima de Rosenberg, presentando ambos fiabilidad por el alfa de Cronbach. Se pudo concluir que, existió una asociación directamente leve entre la autoestima y las destrezas sociales en el alumnado de enfermería de Ecuador.

Campos et al. (2023), en Colombia en el estudio nombrado: La autoestima y su relación con las habilidades sociales en jóvenes universitario de Barranquilla. Con el fin de estudiar la asociación entre la autoestima y las aptitudes sociales. Bajo una metodología de tipo pura, alcance relacional, enfoque cuantitativo y de diseño no experimental; estuvo constituida la muestra por 392 universitarios de Barranquilla – Colombia, y medidos por medio de los instrumentos Cuestionario de Autoestima de Coopersmith y el Test de Habilidades Sociales – EHS. Concluyendo así que, se pudo observar un vínculo moderadamente positivo entre la autoestima y las destrezas sociales en los universitarios colombianos.

### **2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES**

Rojas (2024), en la tesis nombrada: Autoestima y habilidades investigativas en estudiantes de computación e informática del Instituto Superior Técnico Público Chíncha, 2023. Con la intención de señalar la asociación existente entre la autoestima y las destrezas investigativas en alumnos de un instituto en Chíncha. Empleando el tipo de investigación básica, enfoque cuantitativo, alcance relacional y de diseño no experimental – transversal, siendo la muestra de 90 alumnos de la carrera de computación e informática del instituto ya mencionado, siendo estos mismo medidos por medio de los instrumentos Cuestionario de

autoestima de Coopersmith y el Test de habilidades investigativa de Santos, presentando estos mismos validez por expertos y fiabilidad por el alfa de Cronbach. Se concluyó que, se encontró una asociación positivamente sólida entre la autoestima y las destrezas investigativas en los alumnos de un instituto en Chincha.

Urbano (2023), en el estudio denominado: Autoestima y habilidades sociales en estudiantes universitarios de la Escuela Académica Profesional de Psicología de una universidad privada Huancayo, 2022. Buscando examinar la asociación entre la autoestima y las destrezas sociales en alumnos de psicología de una universidad privada de Huancayo. Empleando una metodología de tipo básica, alcance correlacional, diseño no experimental y de enfoque cuantitativo; 342 alumnos del primer al tercer ciclo de la carrera de psicología constituyeron la muestra, y los instrumentos usados fueron, el Test de Autoestima de Rosenberg y la Encuesta de Destrezas Sociales de Goldstein, siendo ambos válidos a juicio de expertos y confiables por el alfa de Cronbach. Finalizando con que, se observó una asociación significativamente estadística entre la autoestima y las destrezas sociales en los estudiantes de universidad de la carrera de psicología de Huancayo.

Rojas, et al. (2025), en el estudio: Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada en Perú. Con el fin de establecer la asociación entre las destrezas sociales y la adicción a las redes sociales en alumnos de la Universidad Peruana Unión, Tarapoto – 2024. Bajo un nivel descriptivo relacional, enfoque cuantitativo, tipo básica y de diseño no experimental; se estableció la muestra con 328 alumnos de la Universidad Privada Unión, siendo valorados estos mismos por los cuestionarios, Test de Habilidades Sociales – EHS y la adaptación de la Escala Social Media Addiction, siendo fiables dichos instrumentos por el alfa de Cronbach. Concluyendo así que, se puede visualizar una asociación inversa entre las destrezas sociales y la adicción a las redes sociales.

Muñoz & Ramos (2021), en la tesis denominada: Habilidades sociales y autoestima en estudiantes universitarios del primer ciclo de psicología de una universidad privada Lima-Norte 2019-2. Buscando identificar la asociación existente entre las aptitudes sociales y la autoestima en estudiantes del primer ciclo de Psicología de una universidad privada de Lima. Utilizando un método de tipo pura, diseño transversal – no experimental, alcance descriptivo correlacional y enfoque cuantitativo, 197 alumnos del primer ciclo de psicología de la sede de Lima Norte conformaron la muestra y los instrumentos empelados fueron, la Escala de Habilidades Sociales – EHS de Gismero y el Test de Autoestima – SEI de Coopersmith, presentando estos validez y fiabilidad mediante el alfa de Cronbach. Se pudo concluir, que se identificó una relación significativamente estadística directa y de efecto bajo entre las aptitudes sociales y la autoestima en los alumnos de psicología de Lima.

### **2.1.3. ANTECEDENTES REGIONALES**

Picon & Mallqui (2022), en la tesis denominada: Las habilidades sociales y el aprendizaje en el área de desarrollo, personal ciudadanía y cívica en estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional de Aplicación Huánuco, 2020. Encaminado a identificar la asociación entre las destrezas sociales y el aprendizaje en el campo de desarrollo, personal ciudadanía y cívica en el alumnado de quinto de secundaria. Empleando un método de tipo descriptivo, alcance relacional, diseño no experimental y de enfoque cuantitativo; la muestra se compuso por 28 estudiantes de quinto de secundaria del Colegio Nacional de Aplicación de Huánuco, siendo estos mismos valorados por los cuestionarios, Test de Destrezas Sociales y la Encuesta de Conocimiento del aprendizaje en el ámbito de desarrollo, personal ciudadanía y cívica, presentando validez y fiabilidad mediante el alfa de Cronbach. Finalizando con que, se identificó una asociación significativa entre las destrezas sociales y el aprendizaje en el área de desarrollo, personal ciudadanía y cívica, en el alumnado del quinto de secundaria

en Huánuco.

Luna (2022), en la investigación: Habilidades sociales y rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Marino Adrián Meza Rosales, Huánuco – 2021. Buscando establecer el vínculo entre las destrezas sociales y el desempeño académico del alumnado del quinto de secundaria del centro educativo Marino Adrián Meza Rosales. Empleando un enfoque de cuantitativo, alcance relacional, diseño transeccional – no experimental y de tipo básica; 74 estudiantes del quinto de secundaria constituyeron la muestra, y siendo valorados por los instrumentos Escala de valoración de las Habilidades sociales IESM HD-HN, presentando validez a juicio de diestros y fiables por el alfa de Cronbach, y para medir el desempeño académico se hizo bajo el registro de notas y la categorización DIGEBARE. Finalizando con que, se pudo observar una asociación positivamente alta entre las destrezas sociales y el desempeño escolar en el alumnado de quinto de secundaria en Huánuco.

Sixi (2024), en el estudio titulado: Las TIC y las habilidades sociales en estudiantes del 5to año de la Institución Educativa José María Arguedas, Huánuco, 2024. Buscando entablar la asociación entre el uso de las TIC y las aptitudes sociales en los alumnos del quinto de secundaria. Utilizando una metodología de enfoque cuantitativo, tipo básica, alcance relacional y de diseño no experimental, la muestra se formó por 30 alumnos de quinto de secundaria del centro educativo José María Arguedas, medidos bajo dos instrumentos, Cuestionario de las TIC y la Encuesta de Aptitudes Sociales, que manifestaba validez por expertos y confiables por el alfa de Cronbach. Finalizando con que, existió una asociación directamente proporcional y significativa entre las TIC y las destrezas sociales en alumnos del quinto de secundaria de la IE José María Arguedas en Huánuco.

Los estudiantes universitarios de la Universidad de Huánuco presencian diferentes niveles de autoestima, la mayoría se encuentra en desarrollo, y a medida que estás aumentan también aumentan sus

habilidades sociales.

Diagnóstico: Los estudiantes que presenten una baja autoestima a largo plazo podría intervenir en sus relaciones personales y en el rendimiento dentro de su carrera.

Así también llevarlos a desencadenar problemas de estrés, ansiedad, depresión y aislamiento social.

Pronóstico: Fortalecer la autoestima y habilidades sociales ayudará a mejorar el desenvolvimiento de la persona, mejorará también la calidad y el rendimiento académico.

## **2.2. BASES TEÓRICAS**

### **2.2.1. AUTOESTIMA**

#### **Definición**

Según Cooper Smith, menciona que la autoestima es una valoración personal satisfactoria que se manifiesta en las posturas y creencias que el individuo mantiene sobre sí mismo, y está estrechamente asociadas con la satisfacción individual y el desarrollo emocional. La gente con elevada autoestima se desplaza de forma directa a propósitos y metas personales, y esto aludo a la valoración que hace una persona con autoestima y sobresale con amor propio (Coopersmith, 1976).

Branden entiende por autoestima el conjunto cognitivo de experiencias evaluativas, realistas e idealistas que el individuo realiza de sí mismo y que están socialmente condicionadas en su proceso de formación y expresión (Branden, 2001).

Según Harrison (2014), la autoestima es la idea que se tiene de nuestra propia valoración y está fundamentada en todos los sentimientos, pensamientos, sensaciones y vivencias que hemos recogido acerca de nosotros mismos durante la vida. Es la facultad de



fijar una cierta identidad y valorarla. Dicho de otro modo, es la habilidad de definarnos a nosotros mismos y decidir si nos gusta o no esa identidad.

Según Roa (2013), es la actitud de una persona hacia sí misma, lo que significa que siempre se confronta sistemáticamente consigo misma, acepta ciertos rasgos y peculiaridades psicológicas y antropológicas, respeta otros modelos, se ve a sí misma como una actitud y tiende a organizar sus experiencias.

Por otro lado, Chileno (2017) menciona que es una valoración y apreciación de sí mismo, mostrando que se tiene la capacidad de desarrollarse con todas las cualidades e impulsos que contribuyen al crecimiento personal y son únicos de los demás.

Asimismo, Renée (2018) señala que es una valoración que se tiene de sí mismo en relación con los logros y metas que se pueden alcanzar en la vida cotidiana, ante la adversidad.

### **Teorías de la autoestima**

#### **Teoría de autoestima de Coopersmith**

Según la propuesta teórica de Coopersmith, la autoestima es un juicio personal sobre la propia valía, expresado socialmente y traducido en palabras, acciones y actitudes hacia uno mismo. Este conjunto de juicios se desarrolla a partir de las experiencias tempranas del sujeto en las interacciones familiares y sociales (Coopersmith, 1959). Esta propuesta sugiere que existen ciertas condiciones que favorecen su óptimo desarrollo, como el amor de los padres, la clarificación de los límites y el respeto a los mismos. Asimismo, el autor sugiere que se trata de un constructo relativamente estable en el tiempo, pero que es modificable e influye en el comportamiento individual (Coopersmith, 1967). Coopersmith desarrolló su modelo a partir de una amplia investigación empírica. Su planteamiento surgió de la necesidad de reconocer mejor los determinantes que promueven el aumento de la autoestima y su impacto en el desarrollo mental. El modelo pretende

proporcionar una base teórica y práctica para evaluar y promover una autoestima sana (Johnson et al., 1983).

El modelo de Coopersmith ha sido ampliamente utilizado, pero investigaciones recientes han puesto de relieve ciertas limitaciones: la estructura factorial del inventario no siempre se replica en diferentes poblaciones, lo que sugiere la necesidad de una adaptación cultural (Ahmed et al., 1985). El énfasis en medidas globales de autoestima ha sido cuestionado por perspectivas más recientes que enfatizan la naturaleza multidimensional y jerárquica del autoconcepto (Hosogi et al., 2012; Mullan et al., 2023). La estabilidad temporal de la autoestima, como se propuso inicialmente, ha sido cuestionada por investigaciones que sugieren que existe una variación significativa según el período de desarrollo (Soto et al., 2019; Zhong et al., 2021).

### **Teoría de Rosenberg**

Rosenberg (1965) define la autoestima partiendo de una óptica sociocultural. La autoestima engloba las posturas favorables y desfavorables de los individuos respecto a sí mismos. Se considera que la autoestima es fruto de diversas fuentes sociales, culturales, interpersonales y familiares. Dicho de otro modo, el grado de autoestima de un sujeto es proporcional a la medida en que puede valorarse de forma positiva respecto a un grupo de valores. Rosenberg vinculó la autoestima con la depresión y ansiedad. Esta teoría se fundamenta principalmente en el estudio de un amplio número de individuos (5.000). Cuatro sentimientos y convicciones vinculados a la dignidad y autoestima constituyen el núcleo de este planteamiento.

### **Dimensiones**

Coopersmith (1996), argumenta que los individuos manifiestan distintos grados y modalidades de percepción, así como desacuerdos relacionados con el modelo de reacción a los estímulos ambientales y el modelo de aproximación. Así, la autoestima posee zonas dimensionales que condicionan su radio de actuación y magnitud. Dichas áreas están

compuestas por:

**Dimensión personal:** Constituye la apreciación que el individuo hace y habitualmente sostiene acerca de sí misma relativa a su autoimagen corporal y a sus cualidades individuales, atendiendo a su aptitud, dignidad, relevancia y rendimiento e implicando una valoración personal que se expresa en comportamientos hacia sí misma.

**Dimensión académica:** Vinculado con el desempeño académico, implica la autoevaluación que el sujeto hace de sí mismo, teniendo en cuenta su relevancia, dignidad, rendimiento y capacidad, así como el criterio personal expresado en su comportamiento consigo mismo.

**Dimensión social:** En relación con las interacciones sociales, designa la valoración que una misma persona hace de sí misma y que habitualmente conserva, teniendo en cuenta su competencia, productividad, trascendencia y dignidad, e implica juicios personales expresados en su actitud hacia sí misma.

**Dimensión familiar:** Incluye las valoraciones que el individuo hace de sí mismo y conserva habitualmente respecto a sus relaciones con los integrantes de su núcleo familiar, su competencia, eficacia, dignidad e importancia, e incluye juicios personales expresados en su actitud hacia sí mismo.

### **Rasgos de la autoestima**

De acuerdo con Coopersmith (1996), existen varias cualidades de la autoestima, de las que destacamos tres principales:

- Estabilidad relativa a lo largo del tiempo: esta característica también incluye el hecho de que la autoestima es cambiante, pero este cambio no es fácil, ya que los cambios en la autoestima son el fruto de la vivencia y sólo las nuevas vivencias pueden modificar la autoestima. Asimismo, el autor indica que la autoestima también puede verse modificada por el género, la edad y otras circunstancias

que definen los roles de género. Así, la autoestima de un sujeto puede estar relacionada con sus factores particulares.

- Su individualidad: De acuerdo con Coopersmith (1996) plantea que la autoestima está ligada a aspectos subjetivos, que son el resultado de las experiencias personales de cada persona y difieren de las demás en todas sus expresiones y amplitudes. La autoestima implícita requiere que el sujeto examine sus cualidades, habilidades y rendimiento en términos de criterios y valores personales en la relación de autoestima, y llegue a una determinación de su propia valía. Esta autoestima agrega también que otro aspecto que la caracteriza es que no es esencial que la persona sea consciente de sus propias posturas hacia sí misma. De hecho, la persona no es claramente consciente de su propia actitud a través de la postura, la voz o el gesto (Coopersmith, 1996).
- En cuanto a las reacciones a la conducta: La autoestima es el término que una persona comparte sobre sí misma y aprueba un determinado comportamiento, exista o no conflicto. Por último, sobre el conocimiento de los afectos, agregan que la autoestima hace que los individuos se sientan diferenciados de otros individuos, determinados o no, por Coopersmith (1996), ya que justifica su comportamiento y sirve de soporte para la valoración de los mismos.

De acuerdo con Barroso (2000), nos recuerda que la autoestima comprende varias características fundamentales, entre ellas la capacidad de la persona para mantener su yo interior, superar las distintas limitaciones, apreciar a la persona y a quienes la acompañan, tener sentido del humor, tener conciencia de las propias limitaciones y habilidades, tener sentido ecológico, estar informado, tener sentido de la ética, establecer normas y límites, reconocer los propios errores e incluir un nivel de gestión eficaz de las emociones.

Del mismo modo, Craighead et al. (2001) estiman que la autoestima tiene tres variables o rasgos esenciales, uno de los cuales consiste en la descripción de la conducta, la respuesta a la conducta y

el conocimiento de los propios sentimientos. Los autores afirman que, desde el punto de vista de la descripción de la conducta, el idioma de la autoestima es una variable importante para distinguir entre individuos, porque describe cómo se perciben a sí mismos y puede caracterizar su comportamiento y el de los demás.

La autoestima es una capacidad socioemocional específica, que se manifiesta en un individuo en procesos psicológicos complejos, que incluyen la percepción que el individuo tiene de sí mismo, la imagen, la autoevaluación y el autoconcepto, así mismo la conciencia de los valores personales se fortalece y renueva a lo largo de la vida, utilizando tanto la experiencia del sujeto como su interacción con los demás en su contexto, convirtiéndose así en una de las claves sobre las que la persona ejecuta o transforma su conducta (Miranda, 2005).

### **Niveles de la autoestima**

Rojas, Zegers y Forster (2009) indican que Rosenberg señala tres niveles de autoestima, a continuación, se describen cada una de ellas:

a. Alta autoestima. Según Rosenberg (1965), una autoestima alta significa la evaluación que una persona hace de sí misma en términos de emociones positivas y de su capacidad para afrontar y resolver los problemas cotidianos. En otras palabras, una persona que tiene autoestima es segura consigo misma, reconoce sus puntos fuertes y débiles y confía en su capacidad para alcanzar sus objetivos. Es importante recordar que una autoestima alta no significa que alguien sea arrogante o narcisista. Al contrario, la gente con buena autoestima se inclina a ser pacientes y respetuosas con otros porque no necesitan criticar a los demás para conseguir los mismos resultados. Características:

- Los individuos con elevada autoestima aceptan sus puntos fuertes y débiles. No buscan la perfección ni se comparan constantemente con los demás.

- Los sujetos con autoestima elevada creen en sus propias capacidades y habilidades para superar las barreras que encuentran en la vida cotidiana. No tienen miedo al fracaso y lo ven como una experiencia de aprendizaje.
  - La gente con autoestima fuerte se respeta a sí misma y establecen límites estrictos en sus relaciones. No dejan que los demás les hagan daño ni se preocupen por ellos.
  - Las personas seguras de sí mismas son capaces de decidir y responsabilizarse de sus actos. No dependen de la aprobación de los demás.
  - Las personas seguras de sí mismas tienen una visión optimista de la vida y tienden a centrarse en resolver los problemas más que los inconvenientes. Tienen esperanza y confianza en el futuro.
- b. Autoestima media. Según Rosenberg (1965), la autoestima media se refiere a cómo una persona evalúa su propia valía. Esta medida se basa en la percepción de las propias habilidades, logros, características y relaciones. La autoestima media es importante para la salud emocional y mental de una persona. Las personas con una autoestima media tienen más probabilidades de ser sanas, sociables y tener una actitud afirmativa frente a la vida. Sin embargo, una autoestima demasiado alta o demasiado baja puede causar daños mentales y emocionales. Características:
- Sopesan por sí mismos los pros y contras.
  - Son realistas sobre sus puntos fuertes y débiles y reconocen sus éxitos y fracasos.
  - Pueden sentirse desconfiados e inseguros en determinadas situaciones, pero en general tienen confianza en sí mismos y pueden tomar decisiones independientes. También tienden a resistir la presión de los compañeros y las críticas externas.
  - Gran capacidad para entablar relaciones

- c. **Baja autoestima.** Según Rosenberg (1965), la baja autoestima se refiere a la falta de confianza y autoestima de una persona. Esta falta de autoestima puede manifestarse de muchas maneras, como inseguridad, ansiedad, depresión y falta de motivación. Las personas con baja autoestima suelen sentirse mal por los demás, no creen en sus capacidades y potencial, y pueden tener dificultades para socializar. Además, no se preocupan por su aspecto, educación o rendimiento laboral, etc.

**Características:**

- **Inseguridad.** Las personas con baja autoestima a menudo no tienen confianza en sí mismas y en sus capacidades. Pueden tener miedo al fracaso o evitar asumir riesgos.
- Las personas con baja autoestima son más propensas a criticarse a sí mismas. En lugar de reconocer sus puntos fuertes y sus éxitos, se centran en sus debilidades y defectos.
- **Necesidad de aprobación:** Quienes poseen con escasa autoestima buscan constantemente la aceptación de otros para sentirse valoradas. Tienen dificultades para tomar decisiones por sí mismas y no confían en las opiniones de los demás.
- **Perfeccionismo:** Los individuos con poca autoestima acostumbran a ser muy exigentes y no se dan cuenta de su potencial. Cuando estos estándares no se cumplen, pueden sentirse frustradas y enfadadas.
- **Evitación de las relaciones:** Gente con escasa autoestima tiende a evitar las relaciones y el amor por miedo al rechazo y a las críticas de los demás.

### **Factores que inciden en el desarrollo de la autoestima**

Según Ribeiro, afirma en su texto *Aumenta tu autoestima*, son ocho los factores que podemos considerar como motores del fomento de la autoestima (Ribeiro, 1998).

- Las emociones: Puesto que la autoestima se nutre de los tipos de relaciones que una persona desarrolla en la vida, es esencial que la autoestima se alimente en un entorno afectuoso, no solamente en casa, sino también en todos los entornos donde se manifiesta (Ribeiro, 1998).
- Confianza: La base de la seguridad de un individuo es la confianza; sin confianza, una persona es débil. La confianza se crea al evitar la confusión, la inseguridad y la inmadurez, y evitando las contradicciones entre las palabras y el lenguaje corporal (Ribeiro, 1998).
- Juzgar: Juzgar constantemente a una persona la hace muy crítica, insegura e insatisfecha consigo misma. Los juicios negativos hacen que la persona dude de sus capacidades y competencias y fomentan una escasa autoestima (Ribeiro, 1998).
- Necesidad de sentirse valorado: El sentirse apreciado y valorado como ser singular contribuye a que el individuo adquiera una sensación de seguridad y amor propio, y el ser reconocido conduce a un sentimiento de confianza en sí mismo y a la consecución de retos más ambiciosos (Ribeiro, 1998).
- Respetar las opiniones y sentimientos de los demás: Respetar a los demás significa desarrollar otras capacidades. Convertirse en parte integral de los sentimientos y percepciones ajenos conduce al desarrollo de la identidad propia. Quien sepa respetar las ideas y sentimientos ajenos tendrá un especial valor personal y será admirado por los demás (Ribeiro, 1998).
- Empatía: Sentirse comprendido también es importante para la sensación de seguridad de una persona. Situarse en la posición del otro crea la oportunidad de entender en lugar de estar en desacuerdo o criticar (Ribeiro, 1998).



- Autoconcepto: El éxito de las personas se basa en un elevado autoconcepto, en su optimismo ante el futuro. Se sentirán queridos por otras personas y lograrán sobresalir como tales (Ribeiro, 1998).
- Entorno social: La opinión ajena es otro factor clave para desarrollar la autoestima. Si se estima a la persona en el seno familiar y en su medio social, ésta madurará con una elevada autoestima, se desenvolverá y hallará el éxito en sus vínculos y actividades interpersonales (Ribeiro, 1998).

### **Componentes de la autoestima**

Bustos y Vásquez (2022) identifican tres componentes principales de la autoestima:

- Elemento cognitivo: este elemento alude a los pensamientos, percepciones, creencias y opiniones que mantenemos acerca de nosotros. Muchas personas son conscientes de sus puntos fuertes, pero siguen pensando que no son lo bastante buenas y son incapaces de aceptarse tal y como son. La falta de auto aceptación disminuye la autoestima y crea un sentimiento de frustración que dificulta la consecución de objetivos.
- Componente emocional: el componente emocional está relacionado con la percepción que las personas tienen de sí mismas. Incluye la inseguridad sobre la apariencia y las dudas sobre las capacidades y habilidades. La autoestima es la clave del éxito y la felicidad. Por lo tanto, es importante mejorar la propia imagen y desarrollar la autoestima.
- Componente conductual: este componente se centra en nuestro comportamiento y está vinculado a la confianza en uno mismo. La confianza es fundamental: si no creemos que podemos hacer algo, no queremos intentarlo. En cambio, si confiamos en nuestras capacidades, estamos más dispuestos a asumir retos y seguir adelante. La confianza es esencial para una buena autoestima.

## **Indicadores de la autoestima**

Hancco & Arroyo (2022), mencionan algunos de los más relevantes indicadores de la autoestima, las cuales son:

- a) Autoconcepto: El autoconcepto es lo que las personas piensan de sí mismas. En otras palabras, es cómo los individuos se perciben a sí mismos. Se trata de la capacidad de un individuo para verse a sí mismo ni mejor ni peor que los demás (Pérez y Ortiz, 2017). En otras palabras, se trata de los conceptos que los seres humanos tienen sobre sí mismos y que explican sus virtudes y defectos.
- b) Autoaceptación: es la capacidad de aceptarse tal y como uno es física, psicológica y socialmente, así como la forma de tratarse a sí mismo y a los demás (Pérez & Ortiz, 2017). Esto significa que cuando te miras al espejo, todo tu cuerpo es de tu agrado.
- c) Autoconfianza: implica pensar en lo bien que puede realizar diferentes actividades. Este estado interno les permite sentirse seguros ante las dificultades y, en cierta medida, independientes de las presiones impuestas por el grupo (Pérez & Ortiz, 2017).
- d) Autorespeto: respeto por las propias capacidades. Si queremos ser respetados por los demás, necesitamos ser capaces de respetarnos a nosotros mismos (Perez & Ortiz, 2017).

## **Importancia de la autoestima**

Según Branden (2010), es esencial que una persona se apropie de las actividades, ya que esto da a todos la capacidad y la oportunidad de integrarse y relacionarse armoniosamente con la sociedad; la autoestima sirve de alerta emocional, ya que ayuda a las personas a conectar con los demás a través de sus capacidades, actitudes y confianza. Además, la autoestima no sólo evalúa la valía de una persona, sino que también tiene en cuenta sus debilidades, que siempre pueden corregirse y revertirse con el tiempo. Por último, un equilibrio adecuado de autoestima fomenta la resiliencia y permite a las personas enfrentarse al mundo con una actitud positiva, lo que conduce a una vida más plena y

satisfactoria (Valencia, 2009).

La relevancia de la autoestima arraiga en hacernos capaces de creer en lo que somos, en aceptarnos tal y como hemos sido creados, en sentirnos seguros para expresar una opinión, en aceptar nuestros errores y limitaciones y sobre todo en ser capaces de desarrollar nuevas habilidades y destrezas para afrontar los retos diarios, que nos permitan alcanzar nuestros objetivos. Asimismo, según Copaja (2021), nos ayuda a solucionar problemas, favorece la adopción de decisiones, fomenta la creatividad y promueve la responsabilidad.

## **2.2.2. HABILIDADES SOCIALES**

### **Definición**

Por otro lado, Monjas & González (2000) afirman que estas habilidades son inherentes al ser humano, y que contribuyen a las interacciones al entender los mensajes de otros y darles una interpretación que les permite adaptar sus respuestas a la situación en la que se encuentran. Estas habilidades tienen, por tanto, beneficios ligados al progreso psicológico, cognitivo y social del individuo.

Caballo (2007) afirma que las competencias son un cúmulo único de conductas o habilidades que se utilizan cuando dos o más personas interactúan en un contexto determinado y con un fin productivo. En otras palabras, las competencias se adquieren e interiorizan cada vez que una persona interactúa con otras. Esta actividad permite a las personas desarrollarse y obtener beneficios personales.

Para Peñafiel y Serrano (2010), las competencias sociales son un repertorio de conductas y habilidades socialmente apropiadas que son fruto de la interacción con el medio, un conjunto de respuestas específicas relacionadas con determinados estímulos que se adquieren a través de un proceso de aprendizaje.

Blanco (2018) hace alusión a las habilidades y comportamientos que capacitan a las personas a relacionarse con los demás de manera

más eficaz y cómoda y, a través de su presencia, desarrollar vínculos interpersonales sanos y gratificantes, en el entorno laboral y personal.

Las habilidades interpersonales se refieren a un cúmulo de aptitudes y competencias que emplean las personas para interactuar eficaz y adecuadamente con los demás en una variedad de situaciones sociales. Estas competencias incluyen una gran variedad de actitudes y conductas que capacitan a las personas a comunicarse eficazmente, entender y atender las preocupaciones y sentimientos ajenos, solucionar constructivamente los conflictos y desarrollar relaciones personales sanas (Esteves et al., 2020).

Según Domínguez (2021), las competencias sociales son el resultado de la combinación de conductas, actitudes y destrezas que posibilitan el éxito de las relaciones interpersonales en diversas situaciones sociales.

### **Teorías de las habilidades sociales**

#### **Modelo Teórico de Goldstein.**

Goldstein (1980, citado en Alave, 2024) señala que en función del entorno en el que se desarrolla una persona, esta adquiere destrezas para interactuar con los demás. Por lo tanto, para dicho modelo, las habilidades relacionadas con la interacción social son fruto de distintas circunstancias o vivencias. Aunque es verdad que dependerá del propio entorno en el que se encuentren, este modelo plantea que el desarrollo de estas habilidades para interactuar socialmente les permite integrarse de forma satisfactoria y provechosa en la sociedad que los acoge.

#### **Teoría Socio-Histórica**

Vygotski (1991) señala que el aprendizaje individual se realiza en función de las relaciones que se producen en el ámbito social y posteriormente de forma individual en función de las vivencias; es en este punto donde se consigue el saber cultural a través de la obtención de competencias. Del mismo modo, la interacción del ser humano está

vinculada a un ámbito sociocultural, en el que la persona es capaz de desplegar sus capacidades, desarrollando nuevas competencias que demuestra en la vida cotidiana y en el ámbito de la familia.

### **Teoría de aprendizaje social de Bandura (1987)**

En su teoría del comportamiento social, Bandura afirma que las personas son por naturaleza seres puramente sociales. Sin embargo, esta capacidad se ve reforzada por la interacción con la sociedad, que es crucial para el progreso individual (Alave, 2024).

Para Bandura, la sociedad no es más que un molde que cambia según las circunstancias. En otras palabras, si un individuo está expuesto a una situación o ejemplo desfavorable, el individuo lo reproducirá y lo observará como la norma en su entorno, lo cual está bien. Por eso los profesores y los padres deben proporcionar buenas experiencias que puedan reproducirse en el desarrollo normal de la persona, incluso durante la adolescencia. La sociedad es algo que contribuye al comportamiento de una persona de forma relevante, por lo que los individuos la reproducen. La sociedad actual es un reflejo de las sociedades anteriores (Alave, 2024).

#### **Dimensiones**

Goldstein et al. (1989) los clasifican en seis grandes categorías, con sus indicadores respectivos, que se detallan a continuación:

- **Habilidades sociales básicas:** También nombradas como comportamientos básicos, porque comienzan en la infancia y son la primera experiencia de interacción con otras personas de un grupo determinado en un momento dado. Estos comportamientos incluyen las siguientes características clave: atender, animar y entablar una conversación, formular preguntas, halagar y agradecer a los demás, y son cualidades que ayudan a establecer buenas relaciones en sociedad.

- **Habilidades sociales avanzadas:** Su objetivo es considerar duradera la interacción con cada miembro de un grupo determinado, así como el mantenimiento de una relación con el medio ambiente y el intento de persuadir a otros para que adopten un comportamiento que les sea favorable. Sus principales características son pedir y ofrecer apoyo, seguir consignas, solicitar perdón y convencer a otros mediante la conversación.
- **Habilidades vinculadas con los sentimientos:** En este apartado se hace visible el autoconocimiento, que permite a las personas expresar eficazmente sus pensamientos y sentimientos, comprender cómo se sienten los demás, resolver problemas, afrontar fracasos y miedos y, en consecuencia, expresarlos adecuadamente al grupo.
- **Habilidades alternativas a la agresividad:** Del mismo modo, estas habilidades desarrollan técnicas de autocontrol y gestión de las emociones para salir de cualquier conflicto sin tener que adoptar un comportamiento agresivo. Algunos indicadores son buscar la aprobación, compartir y apoyar a los demás, interactuar, defender su opinión y sus derechos, responder con bromas y evitar problemas. Estas competencias mantienen el vínculo del grupo al que pertenecen.
- **Habilidades para hacer frente al estrés:** Cuando los individuos viven situaciones desagradables, esta capacidad aparece, contribuyendo a activar su mecanismo de supervivencia al enfrentarse a la circunstancia como: tensión de los compañeros, críticas, respuesta a las quejas, entre otros. Tolerancia emocional y autodominio en situaciones tensas o confusas.
- **Habilidades de planificación:** Las destrezas relacionadas con planificar y fijar objetivos, a largo o corto plazo, favorecen el ejercicio de la libre elección y la habilidad de conciliación óptima. Entre los indicadores se encuentran: análisis de la problemática, toma de decisiones, fijación y perseverancia en los objetivos, concentración en el propio objetivo, diálogo, constancia, entre otros. La

planificación proporciona seguridad y estabilidad al ser humano, animándole a alcanzar las metas que se ha fijado previamente.

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

Para Guerra y Segovia (2017) las peculiaridades de las destrezas sociales serían las siguientes:

- No es innata, sino algo que el individuo y el entorno se procuran mutuamente para reforzar la adaptación social.
- Se adquiere a través de un aprendizaje constante que se da en el entorno inicial del sujeto y en el espacio futuro en el que crecerá, y no forma parte de la personalidad del individuo.
- Su importancia radica en la cultura.
- Los comportamientos desadaptativos que no se manifiestan y evalúan en el espacio social están interrelacionadas y son complementarias, pero pueden modificarse.

### **Componentes de las habilidades sociales**

Caballo (1987) señala dos niveles analíticos para las destrezas sociales, el primero denominado nivel molar, que engloba destrezas de carácter general, como la actuación eficaz en distintas circunstancias, y es de naturaleza subjetiva. El otro nivel, conocido como nivel molecular, está compuesto por aquellas competencias que son concretas y objetivables; a distinción del primer nivel, éste es de naturaleza objetiva (Grasso, 2021).

Gracias al plano molecular se encuentran diversos componentes que configuran las aptitudes sociales, estos son:

- Componente fisiológico: Consiste en la comunicación sin palabras (gestualidad, muecas, acercamiento, posición corporal, mirada), comunicación verbal (espacio verbal, formalidad, variedad de

estados de ánimo, generalidad) y comunicación verbal (timbre y volumen de voz, soltura del discurso, nitidez, cadencia).

- Componentes conductuales: hacer o rehusar solicitudes, entablar o sostener diálogos, ejercer la defensa de los derechos, manifestar opiniones, incluidos los desacuerdos, justificar el malestar, el placer o el agrado, mostrar afecto, recibir elogios, pedir disculpas, expresar malestar o enojo, hacer frente a las críticas, y otras facetas que atañen al ámbito de la comunicación verbal.
- Componente cognitivo: Dicha capacidad funciona como una disposición para resolver disputas, la empatía, la capacidad de dominar conductas lingüísticas y no lingüísticas, y la capacidad de cifrar estímulos relativos a funciones más altas, incluyendo estas últimas la capacidad de percepción, la atención y la realización e interpretación de acciones.

### **Funciones de las habilidades sociales**

De acuerdo con Bandura (1977) Las aptitudes sociales juegan un pilar en la autorregulación y en la adopción de comportamientos socialmente aceptables. Aquí se destacan algunas funciones claves de las habilidades sociales según la perspectiva de Bandura:

- Modelado y aprendizaje por observación: Bandura destaca el papel del aprendizaje por observación, en el que los jóvenes desarrollan aptitudes sociales al ver y modelar la conducta de otras personas en su ambiente, como padres, profesores y amigos.
- Desarrollo de la autoeficacia: La participación satisfactoria en las interacciones sociales y el uso eficaz de las destrezas sociales conducen al desarrollo de la autoeficacia (creencia en la propia capacidad para realizar determinados comportamientos).
- Regulación del comportamiento: las habilidades sociales permiten a los jóvenes regular su propio comportamiento en contextos sociales,



adaptarse a las normas y expectativas sociales y tomar decisiones informadas sobre cómo interactuar con los demás.

- Afrontamiento y resolución de problemas: Las habilidades sociales ayudan a los jóvenes a afrontar situaciones sociales difíciles, resolver conflictos de forma constructiva y superar obstáculos interpersonales.
- Desarrollar relaciones positivas: Las competencias sociales facilitan el establecimiento y el desarrollo de vínculos positivos y saludables con los compañeros, la familia y demás integrantes de la comunidad.

### **Relevancia de las habilidades sociales**

En líneas globales, las destrezas sociales constituyen una serie de comportamientos y acciones destinados a gestionar eficazmente la comunicación no verbal y verbal mediante la interacción. También comprenden la aptitud para moverse con confianza, asumir la iniciativa y realizar con precisión las funciones encomendadas. Gracias a estas aptitudes, los individuos se pueden integrar con naturalidad en un colectivo (Gutiérrez & Cubo, 2017).

Asimismo, para Ramírez (2021), el correcto despliegue de las competencias sociales es fundamental dada la estrecha vinculación existente entre las personas y su medio, y esta conexión se ve reflejada en el comportamiento. La aptitud para relacionarse eficazmente con la sociedad a través de distintos medios de comunicación condiciona el bienestar de individuos y colectivos. No obstante, los individuos con escasas competencias sociales suelen padecer estrés, experimentar emociones negativas y sentimientos de rechazo. Este malestar puede ser lo suficientemente grave como para provocar alteraciones mentales como depresión y cuadros de ansiedad, que afectan negativamente a la calidad de vida.

Roca (2014) afirma que, las habilidades sociales tienen gran relevancia ya que entre ellas se encuentran:

- Mejora de la comunicación: La aptitud para manifestar adecuadamente sentimientos y anhelos a través de las palabras y el lenguaje corporal. Las destrezas comunicativas disminuyen los malentendidos, lo que redundará en unas relaciones interpersonales saludables y provechosas.
- Creación de relaciones interpersonales sanas: Fomenta el respaldo afectivo, el trabajo en equipo y el sentido de pertenencia.
- Solución de controversias: Los mecanismos para resolver conflictos, como la negociación y la mediación, son las herramientas más eficaces para resolver cualquier conflicto que surja entre varias personas. Evitan que las tensiones se agraven y fomentan la cooperación.
- Éxito en el trabajo: En el lugar de trabajo, las competencias interpersonales juegan un papel fundamental en la colaboración, la adopción de decisiones y el liderazgo. El mantenimiento de una buena comunicación con colegas, supervisores y clientes favorece el ambiente de trabajo y eleva el desempeño.
- Salud psíquica y afectiva: existe una estrecha relación entre las competencias sociales y la salud psíquica, y la forma de gestionar las emociones y las interacciones influye en el bienestar psíquico de la persona.
- Adaptabilidad y resiliencia: Las habilidades sociales potencian la adaptabilidad y la resiliencia ante los obstáculos y retos. Así, las situaciones afectivas son un elemento complementario importante para superarlas con más éxito, lo que conduce a un crecimiento personal más fuerte y a una calidad de vida armoniosa.
- Influencia y convencimiento: Las aptitudes sociales posibilitan ejercer influencia y convencer a los demás de forma ética, responsable y respetuosa a fin de impulsar a distintas personas a alcanzar determinados objetivos conjuntos, con el liderazgo como factor predominante.

### 2.3. DEFINICIONES DE TÉRMINOS BÁSICOS

- **Autoestima:** Es una valoración personal satisfactoria que se manifiesta en las posturas y creencias que el individuo mantiene sobre sí mismo, y está muy asociada con la satisfacción individual y el desarrollo emocional. (Coopersmith, 1976).
- **Dimensión personal:** Constituye la apreciación que la persona hace y habitualmente sostiene acerca de sí misma relativa a su autoimagen corporal y a sus cualidades individuales, atendiendo a su aptitud, dignidad, relevancia y rendimiento e implicando un juicio personal que viene a la luz en comportamientos hacia sí misma. Coopersmith (1996),
- **Dimensión académica:** Vinculado con el desempeño académico, implica la autoevaluación que el sujeto hace de sí mismo, teniendo en cuenta su relevancia, dignidad, rendimiento y capacidad, así como el criterio personal expresado en su comportamiento consigo mismo. Coopersmith (1996),
- **Dimensión social:** En relación con las interacciones sociales, designa la valoración que una misma persona hace de sí misma y que habitualmente conserva, teniendo en cuenta su competencia, productividad, trascendencia y dignidad, e implica juicios personales expresados en su actitud hacia sí misma. Coopersmith (1996),
- **Dimensión familiar:** Incluye las valoraciones que el individuo hace de sí mismo y conserva habitualmente respecto a sus relaciones con los integrantes de su núcleo familiar, su competencia, eficacia, dignidad e importancia, e incluye juicios personales expresados en su actitud hacia sí mismo. Coopersmith (1996).
- **Habilidades Sociales:** Estas habilidades son inherentes al ser humano, y que contribuyen a las interacciones al entender los mensajes de otros y darles una apreciación que les permite adaptar sus respuestas a la

situación en la que se encuentran, muestra beneficios ligados al progreso psicológico, cognitivo y social del individuo. Monjas & González (2000).

- **Habilidades sociales básicas:** También conocidas como comportamientos básicos, porque comienzan en la infancia y son la primera experiencia de interacción con otras personas. Goldstein et al. (1989)
- **Habilidades sociales avanzadas:** Su objetivo es considerar duradera la interacción con cada miembro de un mismo colectivo, así como el mantenimiento de una relación con el medio ambiente y el intento de convencer a los otros para que adopten un comportamiento que les sea favorable. Goldstein et al. (1989)
- **Habilidades vinculadas con los sentimientos:** En este apartado se hace visible el autoconocimiento, que permite a las personas expresar eficazmente sus pensamientos y sentimientos. Goldstein et al. (1989)
- **Habilidades alternativas a la agresividad:** Del mismo modo, estas habilidades desarrollan técnicas de autocontrol y gestión de las emociones para resolver conflictos sin necesidad de adoptar conductas violentas. Goldstein et al. (1989)
- **Habilidades para hacer frente al estrés:** Cuando los individuos viven situaciones desagradables, esta capacidad aparece, contribuyendo a activar su mecanismo de supervivencia al enfrentarse a la circunstancia. Goldstein et al. (1989)
- **Habilidades de planificación:** Las destrezas relacionadas con planificar y fijar objetivos, a largo o corto plazo, favorecen el ejercicio de la libre elección y la habilidad de conciliación óptima. Goldstein et al. (1989)

## **2.4. HIPÓTESIS**

### **2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL**

Ha: Existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho: No existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

### **2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS**

Ha<sub>1</sub>: Existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho<sub>1</sub>: No existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ha<sub>2</sub>: Existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho<sub>2</sub>: No existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ha<sub>3</sub>: Existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho<sub>3</sub>: No existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

## **2.5. VARIABLES**

### **2.5.1. VARIABLE 1**

#### **Autoestima**

Es una evaluación personal satisfactoria que se manifiesta en las posturas y creencias que el individuo mantiene sobre sí mismo, y está muy relacionada con la satisfacción individual y el desarrollo emocional. (Coopersmith, 1976).

#### **Dimensiones**

- Si mismo general
- Social pares
- Hogar

### **2.5.2. VARIABLE 2**

#### **Habilidades sociales**

Habilidades Sociales: Estas habilidades son inherentes al ser humano, y que contribuyen a las interacciones al comprender los mensajes de los demás y darles una interpretación que les permite adaptar sus respuestas a la situación en la que se encuentran, muestra beneficios ligados al progreso psicológico, cognitivo y social del individuo. Monjas & González (2000).

#### **Dimensiones**

- Habilidades sociales básicas
- Habilidades sociales avanzadas
- Habilidades vinculadas con los sentimientos
- Habilidades alternativas a la agresividad
- Habilidades para hacer frente al estrés
- Habilidades de planificación

## 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Items	Instrumento	Escala
Autoestima	Es una evaluación personal satisfactoria que se manifiesta en las posturas y creencias que el individuo mantiene sobre sí mismo, y está muy relacionada con la satisfacción individual y el desarrollo emocional. (Coopersmith, 1976).	La variable autoestima y sus dimensiones sí mismo general, social pares y hogar fue evaluado por la escala de autoestima de Cooper Smith	Si mismo general	Autopercepción Experiencias valorativas Características físicas Características psicológicas	1, 3, 4, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 23, 24, 25	Escala de autoestima de Cooper Smith	Ordinal Bajo 0 - 24 Medio bajo 25 - 49 Medio alto 50 - 74 Alto 75 - 100
			Social pares	Actitud social Vivencias Expectativas Satisfacción Rendimiento académico	2, 5, 8, 14, 17, 21		
			Hogar	Actitudes familiares Experiencias Medio familiar Relación Convivencia	6, 9, 11, 16, 20, 22		
Habilidades sociales	Son inherentes al ser humano, y que contribuyen a las interacciones al comprender los mensajes de los demás y darles una interpretación que les permite adaptar sus	La variable habilidades sociales considerando sus dimensiones habilidades sociales básicas, avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas de	Habilidades sociales básicas	Atención Conversaciones Agradecimiento Iniciativa	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein	Ordinal Mal No satisfactorio Normal Bien Excelente
			Habilidades sociales avanzadas	Ayuda Integración Explicación Instrucciones Disculpa	9, 10, 11, 12, 13, 14		

<p>respuestas a la situación en la que se encuentran, muestra beneficios ligados al progreso psicológico, cognitivo y social del individuo. Monjas &amp; González (2000).</p>	<p>agresión, para hacer frente al estrés y de planificación fueron evaluados con la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein</p>	<p>Habilidades relacionadas con los sentimientos</p>	<p>Comprensión Conocimiento Interés Miedo</p>	<p>15, 16, 17, 18, 19, 20, 21</p>
		<p>• Habilidades alternativas a la agresión</p>	<p>Reconocimiento Compartir Ayuda Satisfacción</p>	<p>22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30</p>
		<p>Habilidades para hacer frente al estrés</p>	<p>Escucha Expresión Ayuda Sentimiento Convencimiento Tensión</p>	<p>31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42</p>
		<p>Habilidades de planificación</p>	<p>Aburrimiento Desarrollo tarea Importancia Elegir posibilidades</p>	<p>43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50</p>



## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

El tipo de investigación fue básica, según Supo (2011), refiere que la investigación básica denominada también fundamental o pura, busca el avance científico, amplificando los conocimientos teóricos, sin estar interesado directamente en sus posibles consecuencias o aplicaciones prácticas; es más juicioso y persigue las generalidades con vistas al desarrollo de una teoría basada en leyes y principios.

Los sustentos teóricos plasmaron las capacidades que presenta la autoestima y las habilidades sociales en el desarrollo de la etapa universitaria de los jóvenes estudiantes de la carrera profesional de psicología.

##### **3.1.1. ENFOQUE**

De acuerdo al estudio se utilizó el enfoque cuantitativo, Ñaupas (2018), refiere que el enfoque hace uso de la recolección y el análisis de datos para responder preguntas de investigación y probar hipótesis formuladas preliminarmente, además confía en la medición de variables e instrumentos de investigación, con el uso de la estadística descriptiva, en tratamiento estadístico y la prueba de hipótesis; la formulación de hipótesis estadísticas, el diseño formalizado de los tipos de investigación.

Mediante el proceso de recolección de datos y haciendo uso de los instrumentos sobre la autoestima y las habilidades sociales, se dio respuesta mediante el uso de la estadística descriptiva, las tablas y figuras permitiendo comprobar la hipótesis planteada.

##### **3.1.2. ALCANCE O NIVEL**

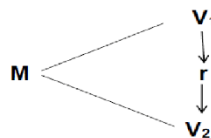
El alcance o nivel fue correlacional Arias (2012), refiere que este nivel tiene como fin comprobar el grado de relación o asociación que

existen entre dos o más variables. En estos estudios, en primer lugar, se miden las variables y, por consiguiente, mediante pruebas de hipótesis correlacionales y la aplicación de técnicas estadísticas, se aprecia la correlación.

El nivel utilizado permitió obtener la relación de la adolescencia y las habilidades sociales en los estudiantes del I y II ciclo de la escuela académico profesional de psicología de la Universidad de Huánuco.

### 3.1.3. DISEÑO

El plan estructural que dirigió el proceso del estudio mediante la recolección y el análisis de los datos fue correlacional, Arispe (2020), refiere que este tipo de diseño tiene como objetivo identificar la relación existente entre dos variables, categorías o conceptos. Pretende comprender cómo se comporta una variable a partir del comportamiento de la otra. La conexión entre ambas variables debe ser coherente y tener una base real y lógica. Es esquema es el siguiente:



Donde

M: muestra

V<sub>1</sub>: Autoestima

V<sub>2</sub>: Habilidades sociales

r: relación

### 3.2. POBLACIÓN – MUESTRA

Ñaupas (2018), considera que la población se entiende como el conjunto total de unidades de análisis que poseen las características necesarias para ser incluidas en el estudio. Estas unidades pueden ser individuos, elementos, grupos, eventos o fenómenos que cumplen con los criterios establecidos para la investigación.

La muestra según Arias (2012), refiere que la muestra es una parte limitada y representativa que se selecciona de la población accesible. Gracias a su tamaño y a las características que comparte con el total del grupo, permite realizar inferencias o extender los resultados obtenidos al resto de la población, considerando un margen de error previamente establecido.

Por tanto, la población y muestra de estudio estuvo conformado por 152 estudiantes del I y II ciclo de la escuela académica profesional de psicología de la Universidad de Huánuco y haciendo uso del muestreo no probabilístico, donde Arias (2012), refiere que es un método de selección en el cual no se conoce la probabilidad que tiene cada elemento de la población de ser incluido en la muestra.

#### Población y muestra de estudiantes del I – II ciclo de psicología

Ciclo	Sexo		Total	
	Hombres	Mujeres	fi	%
I ciclo	24	56	80	53%
II ciclo	18	54	72	47%
Total	42	110	152	100%

*Nota.* Datos obtenidos de la matrícula

#### ➤ **Criterios de inclusión**

- Estudiantes varones y mujeres
- Matriculados el presente año 2025
- Asistencia permanente
- No presenta asignaturas pendientes.

#### ➤ **Criterios de exclusión**

- No matriculados el año académico 2025
- Inasistencias permanentes
- Presenta asignaturas pendientes del ciclo anterior.

### **3.3. TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **3.3.1. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Siendo los instrumentos la lista de chequeo de habilidades sociales de Golstein y el inventario de autoestima de CooperSmith (Self-Esteem Inventory), la técnica utilizada fue la psicometría.

Según Hernández (2018), la psicometría se fundamenta en la reevaluación de variables como características, cualidades y otros aspectos del comportamiento humano. Esta disciplina se utiliza para diseñar, comprobar y aplicar instrumentos de medición que permitan recopilar información de manera sistemática.

#### **3.4. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

##### **FICHA TÉCNICA DE UN INSTRUMENTO**

Nombre: Escala de Autoestima de Cooper Smith (Self-Esteem Inventory)

Autor: Stanley Cooper Smith

Año de construcción: 1967

Adaptación: Con antigüedad máxima de 10 años

Administración: Individual y colectiva

Tiempo: 15-20 minutos.

Población: adolescentes y adultos.

Composición : 58 ítems

Dimensiones : Autoaceptación, Autoimagen, Relaciones interpersonales, Competencia y logros.

Psicometría : Alfa de Cronbach de 0,80

Objetivo: Medir el nivel de autoestima en individuos, identificando actitudes positivas y negativas hacia uno mismo. Está diseñada para evaluar cómo una persona se percibe y se valora a sí misma en diferentes áreas de su vida.

Instrucciones: Lee cuidadosamente cada una de las afirmaciones que aparecen en el cuestionario. Para cada afirmación, marca una de las opciones que mejor describa cómo te sientes o cómo te comportas normalmente. Responde con la mayor honestidad posible, ya que el objetivo es evaluar tu percepción personal.

Escala de respuestas: Siempre (1) - Casi siempre (2) - Algunas veces (3) - Nunca (4)

Calificación:

Rango de Puntuación	Interpretación	Nivel de Autoestima
40 – 58	Puntuación baja	Baja autoestima
59 – 70	Puntuación promedio	Autoestima media
71 – 85	Puntuación alta	Alta autoestima

Valides:

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	152	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	152	100,0

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

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,849	25

Nivel BUENO

ANOVA					
		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	Sig
Inter sujetos		737,714	151	4,886	
Intra sujetos	Entre elementos	574,299	24	23,929	6,519
	Residuo	13302,181	3624	3,671	,000
	Total	13876,480	3648	3,804	
Total		14614,194	3799	3,847	

Media global = 2,39

## FICHA TÉCNICA DE UN INSTRUMENTO

Nombre: Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

Autor: Goldstein, A.P.

Año de construcción: 1987

Adaptación: Con antigüedad máxima de 10 años

Administración: Individual y colectiva

Tiempo: 10-15 minutos

Población: Niños y adolescentes

Edad de aplicación: 6 a 18 años

Composición: 40 a 50 ítems, dependiendo de la versión utilizada.

Dimensiones : Habilidades de comunicación verbal y no verbal, interacciones grupales, resolución de conflictos, empatía y comprensión social, autocontrol emocional.

Psicometría : Alfa de Cronbach de 0,90

Objetivo: Evaluar las habilidades sociales de un individuo, identificando sus fortalezas y áreas de mejora en las interacciones sociales.

**Instrucciones:** Lee cuidadosamente cada una de las afirmaciones en la lista. Marca la respuesta que mejor refleje el comportamiento observado o percibido de la persona en cada situación descrita.

Escala de respuestas: Nunca - Casi nunca - A veces - Casi siempre – Siempre

Calificación

Dimensión	Mal 1	No Satisfactorio 2 - 3	Normal 4 – 5- 6	Bien 7	Excelente 8 - 9
General	0 - 144	145 - 168	169 - 192	193 - 215	216 - 228
I	0 - 20	21 - 25	26 - 30	31 – 34	35 - 38
II	0 - 14	15 - 18	19 - 22	23 – 25	26 - 28
III	0 - 16	17 - 21	22 - 26	27 – 30	31 - 33
IV	0 - 25	26 - 30	31 - 36	37 – 40	41 - 43
V	0 - 31	32 - 38	39 - 46	47 – 52	53 - 56
VI	0 - 22	23 - 27	28 - 33	34 - 37	38 - 40

Validez:

Resumen de procesamiento de casos			
Casos		N	%
	Válido	152	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	152	100,0

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

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,936	50

Nivel excelente de confiabilidad

ANOVA						
		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig
Inter sujetos		1880,118	151	12,451		
Intra sujetos	Entre elementos	714,050	49	14,572	18,220	,000
	Residuo	5917,810	7399	,800		
	Total	6631,860	7448	,890		
Total		8511,978	7599	1,120		
Media global = 3,50						

### 3.5. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

Considerado según Según Arispe (2020), este proceso se lleva a cabo una vez obtenida la información. Aunque se ejecuta en una etapa posterior, su planificación se realiza previamente durante el desarrollo de la investigación, definiendo con antelación qué se hará, en qué consistirá y de qué manera se llevará a cabo.

#### 3.5.1. PLAN DE TABULACIÓN

El plan de tabulación representa una etapa importante dentro del proceso de investigación, ya que consiste en organizar y presentar los datos de forma sistemática para facilitar su análisis y comprensión Hernández (2018).

Procesado los datos se desarrollo el procesamiento y análisis de los datos mediante el software estadístico SPSS-26 permitiendo presentar las tablas y figuras descriptivas de los resultados de ambas

variables.

### **3.5.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS (ESTADÍGRAFOS)**

Los estadígrafos son herramientas y técnicas estadísticas empleadas dentro de la metodología de investigación, utilizadas para representar, examinar y explicar los datos de forma eficiente Ñaupas (2018).

Procesado los datos se desarrollo la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov debido que la población estuvo conformado por 152 estudiantes y los resultados permitieron determinar el uso de la estadística no paramétrica a utilizar siendo la correlación de Spearman quien se obtuvo los resultados y poder dar respuesta la hipótesis planteada.



## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

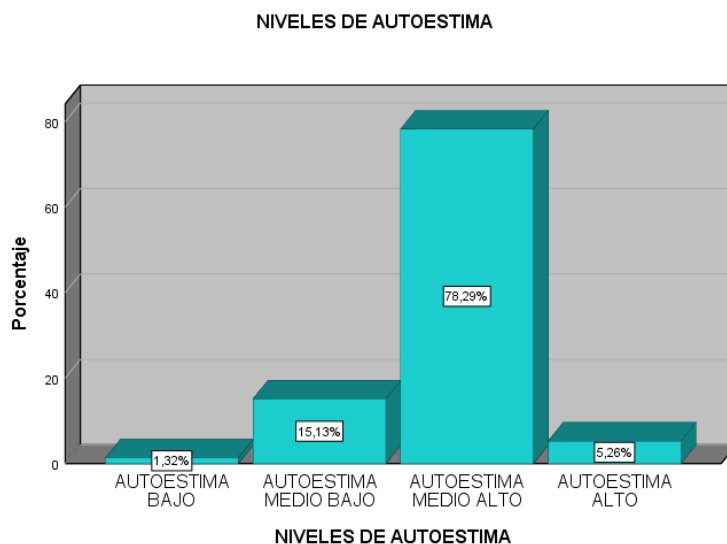
**Tabla 1**

*Nivel de autoestima en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	AUTOESTIMA BAJO	2	1,3	1,3	1,3
	AUTOESTIMA MEDIO BAJO	23	15,1	15,1	16,4
	AUTOESTIMA MEDIO ALTO	119	78,3	78,3	94,7
	AUTOESTIMA ALTO	8	5,3	5,3	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 1**

*Nivel de autoestima en los estudiantes universitarios de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de autoestima en los estudiantes sobre el nivel de autoestima, encontramos que el 78,3% su autoestima es medio alto, el 15,1% medio bajo, el 5,3% alto y el 1,3% es bajo de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco

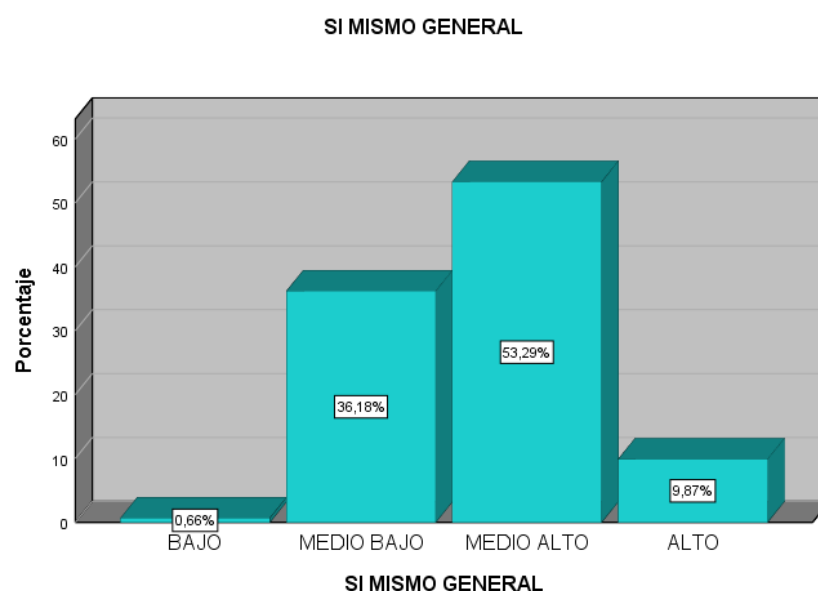
**Tabla 2**

*Nivel de sí mismo general en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	1	,7	,7	,7
	MEDIO BAJO	55	36,2	36,2	36,8
	MEDIO ALTO	81	53,3	53,3	90,1
	ALTO	15	9,9	9,9	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 2**

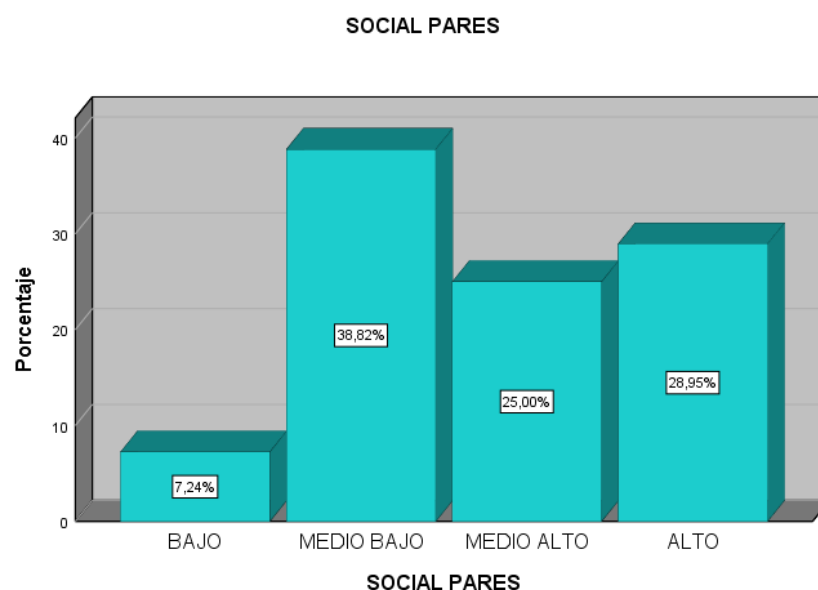
*Nivel de sí mismo general en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de sí mismo general de la autoestima en los estudiantes, encontramos que el 53,3% presentan nivel medio alto, el 36,2% medio bajo, el 9,9% alto y el 0,7% es bajo de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

**Tabla 3***Nivel social pares en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

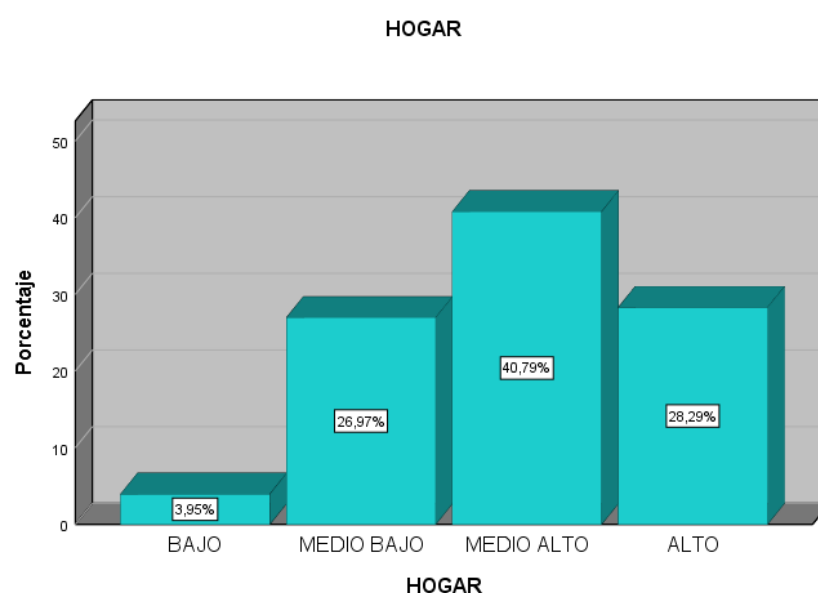
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	11	7,2	7,2	7,2
	MEDIO BAJO	59	38,8	38,8	46,1
	MEDIO ALTO	38	25,0	25,0	71,1
	ALTO	44	28,9	28,9	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 3***Nivel social pares en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Según los resultados del nivel social pares de la autoestima en los estudiantes, encontramos que el 38,8% presentan nivel medio alto, el 28,9% alto, el 25% medio alto y el 7,2% es bajo de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

**Tabla 4***Nivel hogar en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

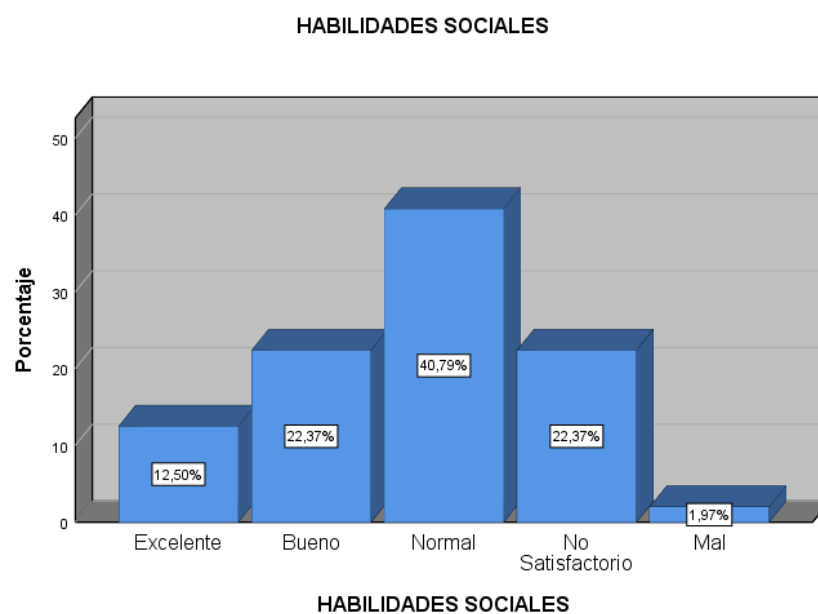
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	6	3,9	3,9	3,9
	MEDIO BAJO	41	27,0	27,0	30,9
	MEDIO ALTO	62	40,8	40,8	71,7
	ALTO	43	28,3	28,3	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 4***Nivel hogar en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Según los resultados del nivel hogar de la autoestima en los estudiantes, encontramos que el 40,8% presentan nivel medio alto, el 28,3% alto, el 27% medio bajo y el 3,9% es bajo de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

**Tabla 5***Nivel de habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	19	12,5	12,5	12,5
	Bueno	34	22,4	22,4	34,9
	Normal	62	40,8	40,8	75,7
	No Satisfactorio	34	22,4	22,4	98,0
	Mal	3	2,0	2,0	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 5***Nivel de habilidades sociales en los estudiantes universitarios de la Universidad de Huánuco 2025*

Según los resultados del nivel de habilidades sociales en los estudiantes, encontramos que el 40,8% normal, el 22,4% bueno y no satisfactorio, el 12,5% excelente y el 2% el nivel mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

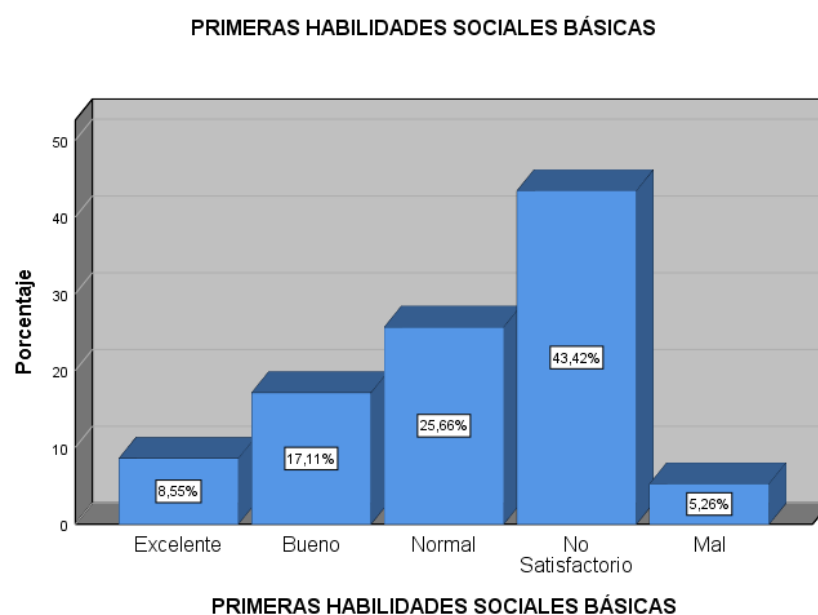
**Tabla 6**

*Nivel de primeras habilidades sociales básicas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	13	8,6	8,6	8,6
	Bueno	26	17,1	17,1	25,7
	Normal	39	25,7	25,7	51,3
	No Satisfactorio	66	43,4	43,4	94,7
	Mal	8	5,3	5,3	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 6**

*Nivel de primeras habilidades sociales básicas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de habilidades sociales básicas en los estudiantes, encontramos que el 43,4% no satisfactorio, el 25,7% normal, el 17,1% bueno, el 8,6% excelente y el 5,3% el nivel mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

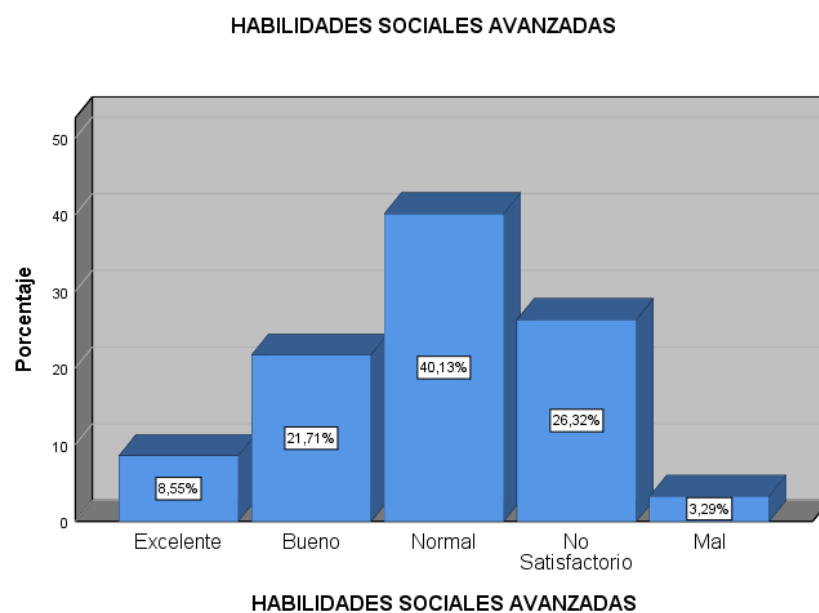
**Tabla 7**

*Nivel de habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	13	8,6	8,6	8,6
	Bueno	33	21,7	21,7	30,3
	Normal	61	40,1	40,1	70,4
	No Satisfactorio	40	26,3	26,3	96,7
	Mal	5	3,3	3,3	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 7**

*Nivel de habilidades sociales avanzadas en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de habilidades sociales avanzadas en los estudiantes, encontramos que el 40,1% es normal, el 26,3% no satisfactorio, el 21,7% bueno, el 8,6% excelente y el 3,3% el nivel mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

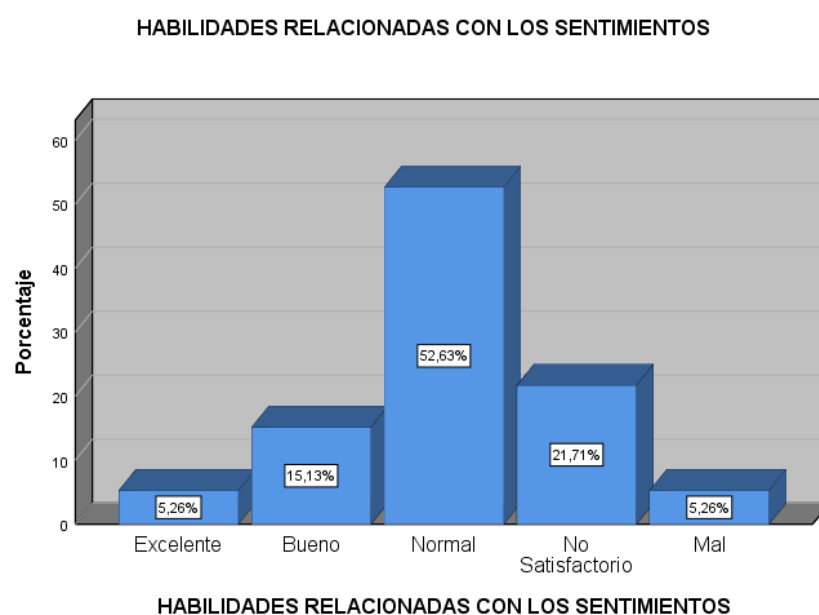
**Tabla 8**

*Nivel de habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	8	5,3	5,3	5,3
	Bueno	23	15,1	15,1	20,4
	Normal	80	52,6	52,6	73,0
	No Satisfactorio	33	21,7	21,7	94,7
	Mal	8	5,3	5,3	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 8**

*Nivel de habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes, encontramos que el 52,6% es normal, el 21,7% no satisfactorio, el 15,1% bueno y el 5,3% es excelente y mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.



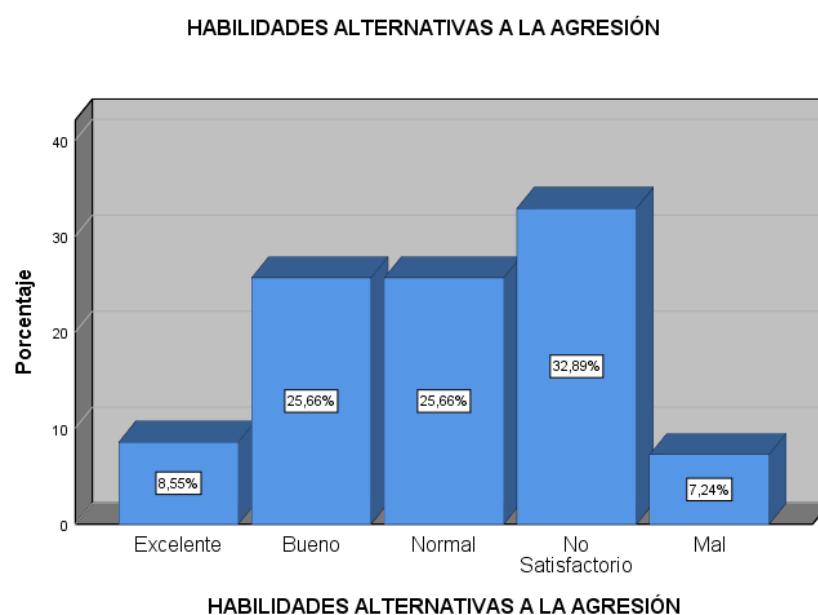
**Tabla 9**

*Nivel de habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	13	8,6	8,6	8,6
	Bueno	39	25,7	25,7	34,2
	Normal	39	25,7	25,7	59,9
	No Satisfactorio	50	32,9	32,9	92,8
	Mal	11	7,2	7,2	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 9**

*Nivel de habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes, encontramos que el 32,9% presenta no satisfactorio, el 25,7% es normal y bueno, el 8,6% excelente y el 7,2% el nivel mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

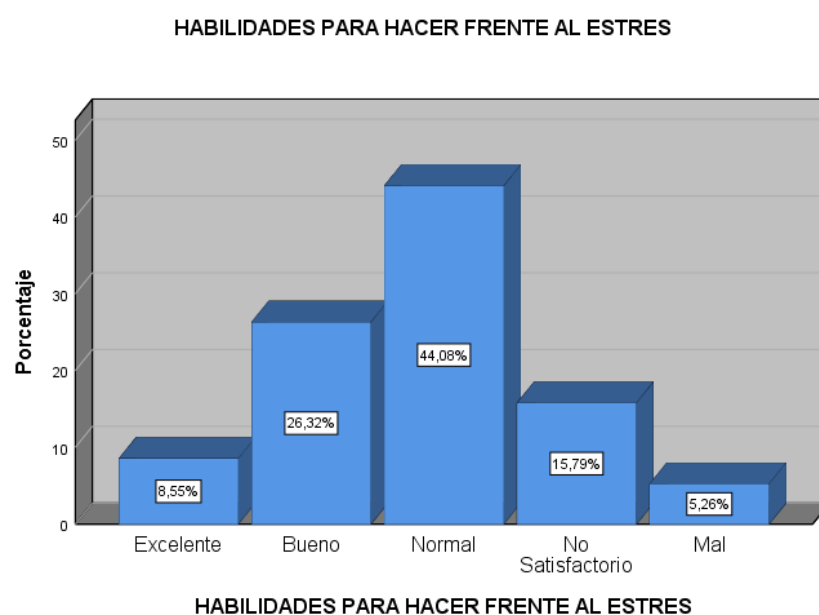
**Tabla 10**

*Nivel de habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	13	8,6	8,6	8,6
	Bueno	40	26,3	26,3	34,9
	Normal	67	44,1	44,1	78,9
	No Satisfactorio	24	15,8	15,8	94,7
	Mal	8	5,3	5,3	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 10**

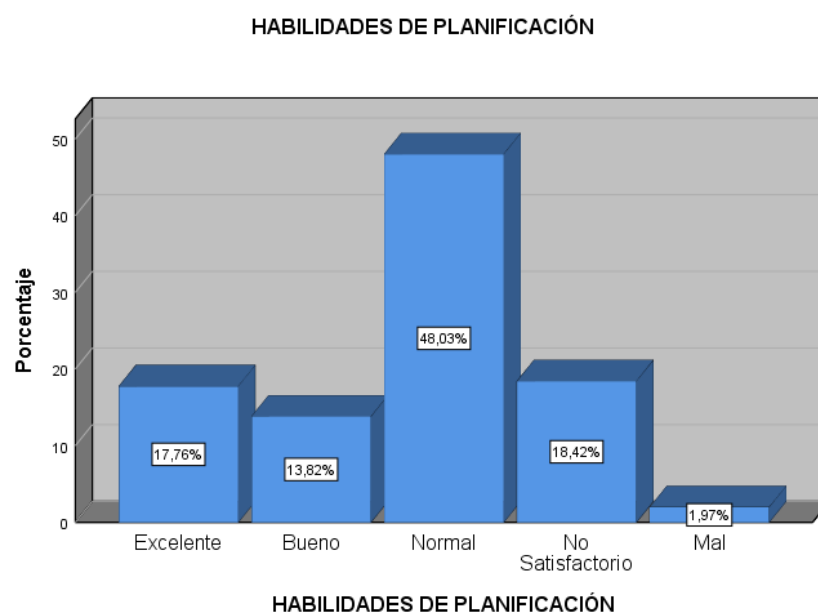
*Nivel de habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*



Según los resultados del nivel de habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes, encontramos que el 44,1% es normal, el 26,3% bueno, el 15,8% no satisfactorio, el 8,6% excelente y el 5,3% el nivel mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

**Tabla 11***Nivel de habilidades de planificación en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Excelente	27	17,8	17,8	17,8
	Bueno	21	13,8	13,8	31,6
	Normal	73	48,0	48,0	79,6
	No Satisfactorio	28	18,4	18,4	98,0
	Mal	3	2,0	2,0	100,0
	Total	152	100,0	100,0	

**Figura 11***Nivel de habilidades de planificación en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Según los resultados del nivel de habilidades de planificación en los estudiantes, encontramos que el 48% es normal, el 18,4% no satisfactorio, el 17,8% excelente, el 13,8% bueno y el 2% el nivel mal de los estudiantes del primer y segundo ciclo de la escuela de psicología de la Universidad de Huánuco.

## 4.2. ANÁLISIS INFERENCIAL

**Tabla 12**

*Prueba de normalidad*

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
AUTOESTIMA	,145	152	,000	,955	152	,000
HABILIDADES SOCIALES	,091	152	,004	,953	152	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Representado el estudio por 152 estudiantes universitarios de la Universidad de Huánuco, la prueba de normalidad fue de Kolmogorov Smirnov, los resultados muestran valores Sig, de 0,000 y 0,004 < 0,005, siendo menor del valor de alfa 0,005 por tanto, la prueba estadística correlacional a utilizar fue de Spearman.

### Hipótesis General

Ha: Existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho: No existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

**Tabla 13**

*Relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Correlaciones				
Rho de Spearman	AUTOESTIMA		AUTOESTIMA	HABILIDADES SOCIALES
		Coefficiente de correlación	1,000	,004
		Sig. (bilateral)	.	,956
		N	152	152
	HABILIDADES SOCIALES	Coefficiente de correlación	,004	1,000
		Sig. (bilateral)	,956	.
		N	152	152

De acuerdo a los resultados sobre el nivel de relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios, encontramos que presentan un nivel bilateral de  $0,956 > 0,05$  (valor de alfa) por lo que se deduce que no existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

#### Hipótesis específica 1

Ha<sub>1</sub>: Existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho<sub>1</sub>: No existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

**Tabla 14**

*Nivel de relación de sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Correlaciones			SI MISMO GENERAL	HABILIDADES SOCIALES
Rho de Spearman	SI MISMO GENERAL	Coeficiente de correlación	1,000	,037
		Sig. (bilateral)	.	,648
		N	152	152
	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	,037	1,000
		Sig. (bilateral)	,648	.
		N	152	152

De acuerdo a los resultados sobre el nivel de relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios, encontramos que presentan un nivel bilateral de  $0,648 > 0,05$  (valor de alfa) por lo que se deduce que no existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

### Hipótesis específica 2

Ha<sub>2</sub>: Existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho<sub>2</sub>: No existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

**Tabla 15**

*Nivel de relación de social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Correlaciones			SOCIAL PARES	HABILIDADES SOCIALES
Rho de Spearman	SOCIAL PARES	Coeficiente de correlación	1,000	-,054
		Sig. (bilateral)	.	,510
		N	152	152
	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	-,054	1,000
		Sig. (bilateral)	,510	.
		N	152	152

De acuerdo a los resultados sobre el nivel de relación social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios, encontramos que presentan un nivel bilateral de  $0,510 > 0,05$  (valor de alfa) por lo que se deduce que no existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

### Hipótesis específica 3

Ha<sub>3</sub>: Existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Ho<sub>3</sub>: No existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

**Tabla 16**

*Nivel de relación de hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes de la Universidad de Huánuco 2025*

Correlaciones				
Rho de Spearman	HOGAR		HOGAR	HABILIDADES SOCIALES
		Coeficiente de correlación	1,000	,001
		Sig. (bilateral)	.	,991
		N	152	152
	HABILIDADES SOCIALES	Coeficiente de correlación	,001	1,000
		Sig. (bilateral)	,991	.
		N	152	152

De acuerdo a los resultados sobre el nivel de relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios, encontramos que presentan un nivel bilateral de  $0,991 > 0,05$  (valor de alfa) por lo que se deduce que no existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

## CAPÍTULO V

### DISCUSIÓN

Realizado el análisis del proceso de contrastación de hipótesis general sobre el nivel de relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios, encontramos que presentan un nivel bilateral de  $0,956 > 0,05$  (valor de alfa) por lo que se deduce que no existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Resultados que son contrastados a nivel internacional con Moreno (2023), en Ecuador en la tesis titulada: Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de enfermería. Se pudo concluir que, existió una asociación directamente leve entre la autoestima y las destrezas sociales en el alumnado de enfermería de Ecuador. También Campos et al. (2023), en Colombia en el estudio La autoestima y su relación con las habilidades sociales en jóvenes universitario de Barranquilla. Concluyendo así que, se pudo observar un vínculo moderadamente positivo entre la autoestima y las destrezas sociales en los universitarios colombianos.

Según la propuesta teórica de Coopersmith, la autoestima es un juicio personal sobre la propia valía, expresado socialmente y traducido en palabras, acciones y actitudes hacia uno mismo. Este conjunto de juicios se desarrolla a partir de las experiencias tempranas del sujeto en las interacciones familiares y sociales (Coopersmith, 1959). Esta propuesta sugiere que existen ciertas condiciones que favorecen su óptimo desarrollo, como el amor de los padres, la clarificación de los límites y el respeto a los mismos. Asimismo, el autor sugiere que se trata de un constructo relativamente estable en el tiempo, pero que es modificable e influye en el comportamiento individual (Coopersmith, 1967).

Según Branden (2010), es esencial que una persona se apropie de las actividades, ya que esto da a todos la capacidad y la oportunidad de integrarse y relacionarse armoniosamente con la sociedad; la autoestima sirve de alerta



emocional, ya que ayuda a las personas a conectar con los demás a través de sus capacidades, actitudes y confianza. Además, la autoestima no sólo evalúa la valía de una persona, sino que también tiene en cuenta sus debilidades, que siempre pueden corregirse y revertirse con el tiempo. Por último, un equilibrio adecuado de autoestima fomenta la resiliencia y permite a las personas enfrentarse al mundo con una actitud positiva, lo que conduce a una vida más plena y satisfactoria (Valencia, 2009).

También Goldstein (1980, referido a Alave, 2024) señala que el contexto en el que se encuentra un individuo desarrolla en él competencias de interacción con otras personas. Así, para este modelo, las competencias de interacción social son el resultado de las diferentes situaciones o experiencias vividas. Si bien es cierto que dependerá del tipo de entorno en el que se encuentre, sin embargo, lo que postula este modelo es que al desarrollar estas competencias de interacción social les ayuda a integrarse de manera exitosa y gratificante con la sociedad que les rodea.

Como también en los resultados específicos encontramos que no existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales presentando un nivel bilateral de  $0,648 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel de sí mismo general de la autoestima del 53,3% nivel medio alto, el 36,2% medio bajo, el 9,9% alto y el 0,7% es bajo. También no existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales presentando un nivel bilateral de  $0,510 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel social pares de la autoestima del 38,8% nivel medio alto, el 28,9% alto, el 25% medio alto y el 7,2% es bajo. Tampoco no existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales, presentando un nivel bilateral de  $0,991 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel hogar de la autoestima el 40,8% nivel medio alto, el 28,3% alto, el 27% medio bajo y el 3,9% es bajo.

Resultados que pueden ser contrastados con Muñoz & Ramos (2021), en la tesis denominada: Habilidades sociales y autoestima en estudiantes universitarios del primer ciclo de psicología de una universidad privada Lima-Norte 2019-2, quien concluye que se identificó una relación significativamente estadística directa y de efecto bajo entre las aptitudes sociales y la autoestima

en los universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología de Lima.

Peñañiel y Serrano (2010), las competencias sociales son un repertorio de conductas y habilidades socialmente apropiadas que son fruto de la interacción con el medio, un conjunto de respuestas específicas relacionadas con determinados estímulos que se adquieren a través de un proceso de aprendizaje.

En líneas globales, las habilidades sociales constituyen una serie de comportamientos y acciones destinados a gestionar eficazmente la comunicación verbal y no verbal mediante la interacción. También comprenden la aptitud para moverse con confianza, asumir la iniciativa y realizar con precisión las funciones encomendadas. Gracias a estas aptitudes, los individuos se pueden integrar con naturalidad en un colectivo (Gutiérrez & Cubo, 2017).

Asimismo, para Ramírez (2021), el correcto despliegue de las competencias sociales es fundamental dada la estrecha vinculación existente entre las personas y su medio, y esta conexión se ve reflejada en el comportamiento. La aptitud para relacionarse eficazmente con la sociedad a través de distintos medios de comunicación condiciona el bienestar de las personas y los grupos. No obstante, los individuos con escasas competencias sociales suelen padecer estrés, experimentar emociones negativas y sentimientos de rechazo. Este malestar puede ser lo suficientemente grave como para provocar alteraciones mentales como depresión y cuadros de ansiedad, que afectan negativamente a la calidad de vida.

Como también las habilidades sociales constituyen una serie de comportamientos y acciones destinados a gestionar eficazmente la comunicación verbal y no verbal mediante la interacción. También comprenden la aptitud para moverse con confianza, asumir la iniciativa y realizar con precisión las funciones encomendadas. Gracias a estas aptitudes, los individuos se pueden integrar con naturalidad en un colectivo (Gutiérrez & Cubo, 2017).

De acuerdo con Bandura (1977) las aptitudes sociales desempeñan un

papel crucial en la autorregulación y en la adopción de comportamientos socialmente aceptables. El modelado y aprendizaje por observación: Bandura destaca el papel del aprendizaje por observación, en el que los jóvenes adquieren habilidades sociales observando y modelando el comportamiento de las demás personas de su ambiente, como padres, profesores y amigos. El desarrollo de la autoeficacia: La participación satisfactoria en las interacciones sociales y el uso eficaz de las habilidades sociales conducen al desarrollo de la autoeficacia (creencia en la propia capacidad para realizar determinados comportamientos). La regulación del comportamiento: las habilidades sociales permiten a los jóvenes regular su propio comportamiento en contextos sociales, adaptarse a las normas y expectativas sociales y tomar decisiones informadas sobre cómo interactuar con los demás. El afrontamiento y resolución de problemas: Las habilidades sociales ayudan a los jóvenes a afrontar situaciones sociales difíciles, resolver conflictos de forma constructiva y superar obstáculos interpersonales y el desarrollar relaciones positivas: Las competencias sociales facilitan el establecimiento y desarrollo de relaciones buenas y sanas con los compañeros, la familia y demás integrantes de la comunidad.

## CONCLUSIONES

1. No existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, presentando un nivel bilateral de  $0,956 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel de autoestima del 78,3% autoestima es medio alto, el 15,1% medio bajo, el 5,3% alto y el 1,3% es bajo y de las habilidades sociales el 40,8% normal, el 22,4% bueno y no satisfactorio, el 12,5% excelente y el 2% el nivel mal.
2. No existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, presentando un nivel bilateral de  $0,648 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel de sí mismo general de la autoestima del 53,3% nivel medio alto, el 36,2% medio bajo, el 9,9% alto y el 0,7% es bajo.
3. No existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, presentando un nivel bilateral de  $0,510 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel social pares de la autoestima del 38,8% nivel medio alto, el 28,9% alto, el 25% medio alto y el 7,2% es bajo.
4. No existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, presentando un nivel bilateral de  $0,991 > 0,05$  (valor de alfa). Con el nivel hogar de la autoestima el 40,8% nivel medio alto, el 28,3% alto, el 27% medio bajo y el 3,9% es bajo.

## **RECOMENDACIONES**

### **➤ A las autoridades de la Universidad de Huánuco**

- Considerar dentro del plan de intervención del consultorio Psicopedagógico de la UDH, atención e intervención obligatoria a todos los estudiantes de la escuela académico profesional de psicología para su estabilidad emocional.
- Implementar talleres o trabajos grupales para los estudiantes del I a X ciclo con la finalidad de atender e intervenir sus problemas emocionales que perjudican su desarrollo profesional.

### **➤ A los docentes de la escuela profesional de Psicología**

- Considerar dentro de sus clases diarias espacios de orientación y consejería a los estudiantes del aula.
- Realizar actividades grupales de entretenimiento con la finalidad de mejorar la convivencia entre ellos.

### **➤ A los estudiantes de la escuela profesional de psicología**

- Solicitar la intervención personal mediante el consultorio psicopedagógico de la UDH sobre aspectos que perjudica el normal desarrollo de su vida.
- Acudir a los centros de salud o clínicas para recibir atención psicológica con la finalidad de mejorar su salud mental.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahmed, M., Valliant, M., & Swindle, D. (1985). Psychometric Properties of Coopersmith Self-Esteem Inventory. *Perceptual and Motor Skills*, 61(3\_suppl), 1235–1241.  
<https://doi.org/10.2466/PMS.1985.61.3F.1235>
- Alave, N. (2024). Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en estudiantes de un Centro de Educación Básica Alternativa de la ciudad de Abancay- Apurímac. Repositorio de la Universidad Nacional de Huancayo, Perú. <https://repositorio.unh.edu.pe/items/f4eb6459-3232-40c5-a426-e3205d0b02e6>
- Arispe, C. (2020). La investigación científica. ecuador: universidad del ecuador.
- ARIAS. (2012). EL PROYECTO DE INVESTIGACION. CARACAS: Ediciones El Pasillo 2011, C.A.
- Acuña. (2021). *HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES*. Obtenido de HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES: <https://repositorio.urp.edu.pe/server/api/core/bitstreams/53cebfc4-1d05-48ea-9d67-a0b2e485212c/content>
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- Barroso, M. (2000). *Autoestima. Ecología y Catástrofe*. Caracas: Editorial Galac, S.A.
- Blanco, E. (2018). ¿Qué son las habilidades sociales? Tipos y para qué sirven. Obtenido de Clínica de Psicoterapia y personalidad. <https://psicologosoviedo.com/especialidades/ansiedad/habilidades-sociales/>
- Branden, N. (2001). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós. [https://proassetspdldom.cdnstatics2.com/usuarios/libros\\_contenido/arxiu/50/49324\\_Los\\_seis\\_pilares\\_de\\_la\\_autoestima.pdf](https://proassetspdldom.cdnstatics2.com/usuarios/libros_contenido/arxiu/50/49324_Los_seis_pilares_de_la_autoestima.pdf)
- Branden, N. (2010). *Cómo mejorar su autoestima*. Círculo de Lectores., 1–64.

- Bustos, K. & Vásquez de la Bandera, F. (2022). Autoestima y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i6.4121](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4121)
- Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y Entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid, España: Editorial Siglo XXI. <https://ayudacontextos.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/04/manual-de-evaluacion-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-vicente-e-caballo.pdf>
- Caballo, V. E. (1986). Evaluación de las habilidades sociales. En R. Fernández Ballesteros y J. A. Carrobes (dirs.), *Evaluación conductual: métodos y aplicaciones* (3ª ed.) (pp. 553-595). Madrid: Pirámide. [https://www.researchgate.net/publication/260594964\\_Evaluacion\\_de\\_las\\_habilidades\\_sociales\\_Assessment\\_of\\_social\\_skills](https://www.researchgate.net/publication/260594964_Evaluacion_de_las_habilidades_sociales_Assessment_of_social_skills)
- Campos, J., Maldonado, J., Morales, G. & Ortega, M. (2023). La autoestima y su relación con las habilidades sociales en jóvenes universitario de Barranquilla. Repositorio de la Universidad Simón Bolívar, Colombia. <https://bonga.unisimon.edu.co/server/api/core/bitstreams/bd0f60a9-f09f-4d4e-bec7-dd46844bb1ad/content>
- Chileno, M. (2017). Autoestima en estudiantes del tercer grado de secundaria del área de educación para el trabajo de la Institución Educativa Solidaridad II, Campoy, 2017. Repositorio de la Universidad César Vallejo, Lima – Perú. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3225675>
- Collantes, D. & Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, Asunción – Paraguay, 4(1), 848. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9585815>
- Coopersmith, S. (1959). A method for determining types of self-esteem. *Journal of Abnormal Psychology*, 59(1), 87–94. <https://doi.org/10.1037/H0048001>

- Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem. In Princeton. Princeton University Press. [https://doi.org/10.11236/JPH.52.4\\_293](https://doi.org/10.11236/JPH.52.4_293)
- Coopersmith, S. (1976). Estudio sobre la estimación propia. México: Trillas.
- Coopersmith, S. (1996). The Antecedents of Self Esteem Consulting. USA: Psychologist Press.
- Copaja, J (2021) Funcionamiento familiar y autoestima en estudiantes de primer a tercero grado de nivel secundaria de la Institución Educativa Esperanza Martínez de López, Tacna 2021. Repositorio de la Universidad Privada de Tacna, Perú. <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2592/Copaja-VasquezJudith.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Craighead, E.; McHale, S. y Popper, A. (2001) Self-Esteem Enhancement With.
- Domínguez, D. (2021). ¿Por qué son importantes las habilidades sociales? MEDAC. <https://medac.es/blogs/sociocultural/importancia-habilidades-sociales>
- Díaz. (2024). *La autoestima en estudiantes de secundaria*. Obtenido de La autoestima en estudiantes de secundaria: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/13334/Diaz%20Carranza%2C%20Nayeli%20%26%20Huaman%20Becerra%2C%20Cintya.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Esteves, A., Paredes, A., Calcina, C. y Yapuchura, C. (2020). Habilidades sociales en adolescente y funcionalidad familiar. Comunicación, 11(1), 16-27. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682020000100016&script=sci\\_arttext&lng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682020000100016&script=sci_arttext&lng=pt)
- FESE. (06 de 02 de 2025). *habilidades sociales y emocionales*. Obtenido de habilidades sociales y emocionales: <https://www.sociedadeducacion.org/blog/aprendizaje-social-y-emocional-en-el-mundo-cual-es-el-papel-de-espana/>
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, N. & Klein, P. (1989). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Barcelona: Ediciones



[https://www.academia.edu/36322793/Habilidades\\_sociales\\_y\\_autocontrol\\_en\\_la\\_adolescencia\\_Goldstein\\_Sprafkin\\_Gershaw\\_y\\_Klein](https://www.academia.edu/36322793/Habilidades_sociales_y_autocontrol_en_la_adolescencia_Goldstein_Sprafkin_Gershaw_y_Klein)

Grasso, P. (2021). Habilidades Sociales: breve contextualización histórica y aproximación conceptual. *Revista ConCiencia*, 6(2). <https://revistaconciencia.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/146105>

Guerra, X. & Segovia, V. (2017). Relaciones entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa N° 2031 Virgen de Fátima, San Martín de Porres - 2015. Repositorio de la Universidad de Ciencias y Humanidades, Perú. <https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/142>

Gutiérrez, C. & Cubo, S. (2017). Habilidades Sociales Relevantes: Percepciones múltiples. *Redalyc*, 134-148. <https://www.redalyc.org/pdf/2810/281052678007.pdf>

Hanco, D. & Arroyo, N. (2022). La autoestima de los profesores de la Institución Educativa José Antonio Encinas, del centro poblado de Progreso, Azángaro-Puno. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/78cb6ef7-faa7-4ca2-a33f-224a629e16a2/content>

Harrison, S. (2014). Autoestima. Puerto Rico: Ponce.

Hernandez. (2018). Metodología de la investigación. México: INTERAMERICANA EDITORES.

Hosogi, M., Okada, A., Fujii, C., Noguchi, K., & Watanabe, K. (2012). Importance and usefulness of evaluating self-esteem in children. *Biopsychosocial Medicine*, 6, 9. <https://doi.org/10.1186/1751-0759-6-9>  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>

Johnson, B. W., Redfield, D. L., Miller, R. L., & Simpson, R. E. (1983). The Coopersmith Self-Esteem Inventory: A Construct Validation Study.

Educational and Psychological Measurement, 43(3), 907–913.  
<https://doi.org/10.1177/001316448304300332>

- Luna, D. (2022). Habilidades sociales y rendimiento académico de los estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Marino Adrián Meza Rosales, Huánuco – 2021. Repositorio de la Universidad de Huánuco, Perú.  
<https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/3986/Luna%20Flores%2C%20Deysi%20Yoilith.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Loja, U. N. (2020). *La autoestima de los adolescentes*. Obtenido de La autoestima de los adolescentes: <https://www.unl.edu.ec/noticia/la-autoestima-de-los-adolescentes-en-el-entorno-escolar>
- Miranda, C. (2005). La autoestima profesional: una competencia mediadora para la innovación en las prácticas pedagógicas. REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 3(1), 858-873. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55130179>
- Monjas, M. & González, B. (2000). Las habilidades sociales en el currículo. Investigación, Núm. 146. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, España. <https://test.panaacea.org/wp-content/uploads/2016/03/Habilidades-Sociales-en-el-Curr%C3%ADculo.pdf>
- Moreno, L. (2023). Autoestima y habilidades sociales en estudiantes de enfermería. Repositorio de la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/d2716907-a15c-4329-9ca3-9d409f4100d1/content>
- Moreta, N. & Espín, A. (2024). Comunicación familiar y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. Revista científica y arbitrada de ciencias sociales y trabajo social Tejedora, 7(14), 111 – 128. <https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/tejedora/article/view/701/1127>
- Mullan, V. M. R., Golm, D., Juhl, J., Sajid, S., & Brandt, V. (2023). The relationship between peer victimisation, self-esteem, and internalizing

symptoms in adolescents: A systematic review and meta-analysis. PLOS ONE, 18(3), e0282224. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0282224>

Muñoz, D. & Ramos, E. (2021). Habilidades sociales y autoestima en estudiantes universitarios del primer ciclo de psicología de una universidad privada Lima-Norte 2019-2. Repositorio de la Universidad Privada del Norte, Lima – Perú. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28029/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Peñafiel, E. y Serrano, C. (2010). Habilidades Sociales. España. Editex. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5823517.pdf>

Perez, S., & Ortiz, R. (2017). Nivel de autoestima de los docentes participantes del programa de complementación académica de la Universidad Nacional San Agustín Arequipa– 2017. Repositorio Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Perú. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/5317>

Picon, J. & Mallqui, S. (2022). Las habilidades sociales y el aprendizaje en el área de desarrollo, personal ciudadanía y cívica en estudiantes del quinto grado de secundaria del Colegio Nacional de Aplicación Huánuco, 2020. Repositorio de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco – Perú. <https://repositorio.unheval.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/aa97901d-01d2-4a8e-948d-f0a9ccd20ca6/content>

Peru21. (15 de 10 de 2024). *La autoestima de las mujeres peruanas frente a un espejo*. Obtenido de La autoestima de las mujeres peruanas frente a un espejo: <https://www.ipsos.com/es-pe/la-autoestima-de-las-mujeres-peruanas-frente-un-espejo>

Reyes. (2022). *AUTOESTIMA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO*. Obtenido de AUTOESTIMA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO: <https://repositorio.unheval.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/c63ebb89-9db2-45b5-af8e-e4a8092edfd2/content>

- Rojas. (29 de 03 de 2023). *Autoestima y Habilidades Sociales en Adolescentes*. Obtenido de Autoestima y Habilidades Sociales en Adolescentes: <file:///C:/Users/argan/Downloads/232-Rojas+Cuastumal+.pdf>
- Ramírez, A. (2021). La importancia de las habilidades sociales en la vida. Centro Integral de Psicología SUPERAR. <https://superar.org/laimportancia-de-las-habilidades-sociales-en-la-vida/>
- Renee, V. (2018). Autoestima. Editorial Para Dummies. <https://www.amazon.com/-/es/S-Renee-%20Smith/dp/8432904678?asin=B07H45XLDH&revisionId=db511865&format=1&dept%20h=1>
- Ribeiro, L. (1998). Aumente su autoestima. Madrid: Uranio. <https://psicohumana.net/media/files/1e6f273e80eb11ea8f5cb67ac514398a.pdf>
- Roa, A. (2013). La Educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. EDETANIA, (44), 241-257. <https://revistas.ucv.es/edetania/index.php/Edetania/article/view/210/178>
- Roca, E. (2014). CÓMO MANEJAR TUS HABILIDADES SOCIALES. ACDE Ediciones. <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>
- Rojas, B. (2024). Autoestima y habilidades investigativas en estudiantes de computación e informática del Instituto Superior Técnico Público Chíncha, 2023. Repositorio de la Universidad Nacional de Educación, Lima — Perú. <https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/0cd39c88-940c-4bba-a44d-5fc3573ab3bd/content>
- Rojas, C., Zegers, B. y Förster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. Revista médica de Chile, 137(6), 791-800.

- Rojas, J., Hinostroza, L., Arévalo, I. y Ramírez, R. (2025). Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada en Perú. *Revista Technological Innovations Journal*, 4(1), 7 – 19. <https://tijournal.science/index.php/tij/article/view/51/133>
- Rosenberg, M. (1965). Global selfesteem and specific self-esteem. Different concepts, different outcomes. *American Socio Rev*, 60. [https://www.jstor.org/stable/2096350?seq=1#page\\_scan\\_tab\\_contents](https://www.jstor.org/stable/2096350?seq=1#page_scan_tab_contents)
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent selfimage*. Princeton: Princeton University Press
- Simbiosis. (02 de 04 de 2024). *Habilidades sociales en adolescentes de 12 a 14 años*. Obtenido de Habilidades sociales en adolescentes de 12 a 14 años: <https://revistasimbiosis.org/index.php/simbiosis/article/view/108/178>
- Supo. (2014). *FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y PROCEDIMENTALES DE LA INVESTIGACION*. Lima: El universitario
- Sixi, M. (2024). Las TIC y las habilidades sociales en estudiantes del 5to año de la Institución Educativa José María Arguedas, Huánuco, 2024. Repositorio de la Universidad Nacional de Educación, Lima – Perú. <https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d7c07df6-f919-4d2f-911d-8a011e61f569/content>
- Soto-Sanz, V., Piqueras, J. A., Rodríguez-Marín, J., Pérez-Vázquez, M. T., RodríguezJiménez, T., Castellví, P., Miranda-Mendizábal, A., Parés-Badell, O., Almenara, J., Blasco, M. J., Cebrià, A., Gabilondo, A., Gili, M., Roca, M., Lagares, C., & Alonso, J. (2019). Self-esteem and suicidal behaviour in youth: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psicothema*, 31(3), 246–254. <https://doi.org/10.7334/PSICOTHEMA2018.339>
- Urbano, L. (2023). Autoestima y habilidades sociales en estudiantes universitarios de la Escuela Académica Profesional de Psicología de una universidad privada Huancayo, 2022. Repositorio de la Universidad Continental, Huancayo – Perú. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/13256>

Valencia, C. (2009). La Importancia De La Autoestima En Nuestra Salud – La Autoestima.

Vygotski, L. (1991). La formación social de la mente - 4ta edición. Editorial Martins Fontes.

Zhong, M., Huang, X., Huebner, E. S., & Tian, L. (2021). Association between bullying victimization and depressive symptoms in children: The mediating role of selfesteem. *Journal of Affective Disorders*, 294, 322–328. <https://doi.org/10.1016/J.JAD.2021.07.016>

### **COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Salicio Espinoza, K. (2026). *Autoestima y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivo	Hipótesis	Variable	Dimensión	Indicadores	Metodología
<b>General</b> ¿Cuál es la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?	<b>General</b> Determinar la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.	<b>General</b> Ha: Existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025. Ho: No existe relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.	Autoestima	Si mismo general	Autopercepción Experiencias valorativas Características físicas Características psicológicas	<b>Tipo</b> BÁSICA  <b>Enfoque</b> CUANTITATIVA
				Social pares	Actitud social Vivencias Expectativas Satisfacción Rendimiento académico	<b>Nivel</b> CORRELACIONAL
				Hogar	Actitudes familiares Experiencias Medio familiar Relación Convivencia	<b>Diseño</b> NO EXPERIMENTAL CORRELACIONAL
<b>Específicos</b> ¿Cuál es la relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación de la dimensión	<b>Específicos</b> Establecer la relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025? Identificar la relación de la dimensión social	<b>Específicos</b> Ha <sub>1</sub> : Existe relación de la dimensión sí mismo general de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025. Ha <sub>2</sub> : Existe relación de la dimensión social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y	Habilidades sociales	Habilidades sociales básicas	Atención Conversaciones Agradecimiento Iniciativa	<b>Población</b> Estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología
				Habilidades sociales avanzadas	Ayuda Integración Explicación Instrucciones Disculpa	<b>Instrumentos</b> Escala de autoestima de Cooper Smith Ordinal Bajo 0 - 24 Medio bajo 25 - 49 Medio alto 50 - 74
				Habilidades relacionadas con los sentimientos	Comprensión Conocimiento Interés Miedo	



social pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025	pares de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025. Examinar la relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025	segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025. Ha3: Existe relación de la dimensión hogar de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.	Habilidades alternativas a la agresión	Reconocimiento Compartir Ayuda Satisfacción	Alto 75 - 100 Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein
			Habilidades para hacer frente al estrés	Escucha Expresión Ayuda Sentimiento Convencimiento Tensión	Ordinal Mal No satisfactorio Normal Bien Excelente
			Habilidades de planificación	Aburrimiento Desarrollo tarea Importancia posibilidades	Elegir

## ANEXO 2

### INSTRUMENTOS EVALUADOS

Nombre: .....  
 Edad : 18 Sexo : V ( ) M (X)  
 Ocupación : Estudiante  
 Estado Civil : S Fecha : 23-11-23

**HOJA DE RESPUESTAS**

Marque con una X en la palabra  
 SI, si su respuesta de acuerdo con  
 la oración, y en NO, cuando esté en  
 desacuerdo.

1	SI	NO
2	SI	NO
3	SI	NO
4	SI	NO
5	SI	NO
6	SI	NO
7	SI	NO
8	SI	NO
9	SI	NO
10	SI	NO
11	SI	NO
12	SI	NO
13	SI	NO
14	SI	NO
15	SI	NO
16	SI	NO
17	SI	NO
18	SI	NO
19	SI	NO
20	SI	NO
21	SI	NO
22	SI	NO
23	SI	NO
24	SI	NO
25	SI	NO

SM	
SP	
H	
ES	

Nombre: .....  
 Edad : 17 Sexo : V (X) M ( )  
 Ocupación : .....  
 Estado Civil : S Fecha : 23 / 11 / 23

### HOJA DE RESPUESTAS

Marque con una X en la palabra  
 SI, si su respuesta de acuerdo con  
 la oración, y en NO, cuando está en  
 desacuerdo.

1	SI	<del>NO</del>	SM
2	<del>SI</del>	NO	SP
3	<del>SI</del>	NO	H
4	SI	<del>NO</del>	ES
5	SI	<del>NO</del>	
6	SI	<del>NO</del>	
7	<del>SI</del>	NO	
8	<del>SI</del>	NO	
9	SI	<del>NO</del>	
10	<del>SI</del>	NO	
11	SI	<del>NO</del>	
12	<del>SI</del>	NO	
13	<del>SI</del>	NO	
14	SI	<del>NO</del>	
15	<del>SI</del>	NO	
16	SI	<del>NO</del>	
17	SI	<del>NO</del>	
18	<del>SI</del>	NO	
19	<del>SI</del>	NO	
20	<del>SI</del>	NO	
21	<del>SI</del>	NO	
22	SI	<del>NO</del>	
23	<del>SI</del>	NO	
24	SI	<del>NO</del>	
25	<del>SI</del>	NO	

Nombre: .....  
 Edad : 18 Sexo : V ( ) M (X)  
 Ocupación : Estudiante  
 Estado Civil : S Fecha : 23-11-23

# HOJA DE RESPUESTAS

Marque con una X en la palabra  
 SI, si su respuesta de acuerdo con  
 la oración, y en NO, cuando esté en  
 desacuerdo.

1	SI	NO
2	SI	NO
3	SI	NO
4	SI	NO
5	SI	NO
6	SI	NO
7	SI	NO
8	SI	NO
9	SI	NO
10	SI	NO
11	SI	NO
12	SI	NO
13	SI	NO
14	SI	NO
15	SI	NO
16	SI	NO
17	SI	NO
18	SI	NO
19	SI	NO
20	SI	NO
21	SI	NO
22	SI	NO
23	SI	NO
24	SI	NO
25	SI	NO

SM
SP
H
ES

Nombre: .....  
 Edad : 17 Sexo : V (X) M ( )  
 Ocupación : .....  
 Estado Civil : Soltera Fecha : 23-11-2023

### HOJA DE RESPUESTAS

Marque con una X en la palabra  
 SI, si su respuesta de acuerdo con  
 la oración, y en NO, cuando está en  
 desacuerdo.

1	SI	<del>NO</del>	
2	<del>SI</del>	NO	SM
3	<del>SI</del>	NO	SP
4	<del>SI</del>	NO	H
5	SI	<del>NO</del>	ES
6	SI	<del>NO</del>	
7	<del>SI</del>	NO	
8	SI	<del>NO</del>	
9	<del>SI</del>	NO	
10	SI	<del>NO</del>	
11	<del>SI</del>	NO	
12	<del>SI</del>	NO	
13	SI	<del>NO</del>	
14	<del>SI</del>	NO	
15	SI	<del>NO</del>	
16	SI	<del>NO</del>	
17	<del>SI</del>	NO	
18	<del>SI</del>	NO	
19	<del>SI</del>	NO	
20	<del>SI</del>	NO	
21	SI	<del>NO</del>	
22	SI	<del>NO</del>	
23	SI	<del>NO</del>	
24	SI	<del>NO</del>	
25	<del>SI</del>	NO	

40.	Responder una acusación. ¿Comprendo de que y por que ha sido acusado y luego pienso en la mejor forma de relacionarme con la persona que lo hizo acusación?			X
41.	Prepararse para una conversación difícil. ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?			X
42.	Hacer frente a las presiones de grupo. ¿Decide que cosa quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?			X
43.	Tomar iniciativas. ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante que hacer?			X
44.	Determinar la causa de un problema. ¿Si surge un problema, intenta determinar que lo causó?			+
45.	Establecer un objetivo. ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?			+
46.	Determinar sus habilidades. ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?			+
47.	Reunir información. ¿Determina lo que necesita saber y cómo conseguir esta información?			+
48.	Resolver los problemas según su importancia. ¿Determina de forma realista cual de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?			+
49.	Tomar una decisión. ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?			+
50.	Concéntrase en una tarea. ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quiere hacer?			+

### LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES (LCHS)

A. Golstein

Nombre: ..... Sexo: femenino  
 Grado: ..... Edad: 25 Fecha: 15/04

### INSTRUCCIONES

A continuación Ud. encontrará enumerada una lista de habilidades que las personas usan en la interacción social más o menos eficiente. Ud. Deberá determinar como usa cada una de esas habilidades, marcando con un aspa (X) en la columna de la derecha y en la fila correspondiente, según el siguiente patrón. Marque en la columna...

N	Si Ud. Nunca usa esta habilidad.
RV	Si Ud. Rara vez usa esta Habilidad.
AV	Si Ud. A veces usa esta Habilidad.
AM	Si Ud. A menudo usa esta Habilidad.
S	Si Ud. Siempre usa esta Habilidad.

Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongado. Asegúrese de no omitir alguna pregunta. No hay respuesta "correcta" ni respuesta "incorrecta". Ahora comience.



		N	RV	AV	AM	S
1.	Escuchar: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?				X	
2.	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?		X			
3.	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?			X		
4.	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?				X	
5.	Dar las gracias: ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?					X
6.	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?		X			
7.	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?		X			
8.	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?				X	
9.	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?			X		
10.	Participar: ¿Elige la mejor manera de un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?		X			
11.	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguir las fácilmente?					X
12.	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?				X	
13.	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?			X		
14.	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?				X	
15.	Conocer sus sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?			X		
16.	Expresar sus sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?					X
17.	Comprender los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?				X	
18.	Comprender los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?				X	
19.	Expresar afecto: ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?				X	
20.	Resolver el mundo: ¿Cuando siente miedo, pena por que lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?				X	
21.	Autocompensarse: ¿Se da así mismo una recompensa después que hace algo bien?					X
22.	Pedir permiso: ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?					X
23.	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?					X
24.	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?					X
25.	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que le satisfagan a ambos?					X
26.	Emplear autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le "escapan las cosas de las manos"?			X		
27.	Defender sus derechos: ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cual es su postura?					X
28.	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?		X			
29.	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?					X
30.	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?					X
31.	Formular una queja: ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?					X
32.	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responder imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?			X		
33.	Mostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?					X
34.	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?					X
35.	Anejársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?					X
36.	Defender a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?					X
37.	Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir que hacer?					X
38.	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?					X
39.	Enfrentarse con mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?			X		

40.	Responder una acusación: ¿Comprende de que y por que ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo acusación?				X	
41.	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma para expresar su punto de vista, antes de una conversación problemática?				X	
42.	Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decide que cosa quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?				X	
43.	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante que hacer?					X
44.	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar que lo causó?					X
45.	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?					X
46.	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea específica antes de iniciarla?				X	
47.	Reunir información: ¿Determina lo que necesita saber y como conseguir esa información?					X
48.	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cual de sus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?					X
49.	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hará sentirse mejor?					X
50.	Concedérsese en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quiere hacer?					X

# LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES (LCHS)

A. Goltstein

Nombre: M. A. S. C. Sexo: M  
Grado: 9.º año Edad: 21 Fecha: 15

## INSTRUCCIONES

A continuación Ud. encontrará enumerada una lista de habilidades que las personas usan en la interacción social más o menos eficiente. Ud. Deberá determinar como una cada una de estas habilidades, marcando con un aspa (X) en la columna de la derecha y en la fila correspondiente, según el siguiente patrón: marque en la columna...

N Si Ud. Nunca usa esta habilidad.  
RV Si Ud. Rara vez usa esta habilidad.  
AV Si Ud. A veces usa esta habilidad.  
AM Si Ud. A menudo usa esta habilidad.  
S Si Ud. Siempre usa esta habilidad.

Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongado. Asegúrese de no omitir alguna pregunta. No hay respuesta "correcta" ni respuesta "incorrecta". Ahora comience.

		N	RV	AV	AM	S
1.	Escuchar: ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que esta diciendo?				X	
2.	Iniciar una conversación: ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?				X	
3.	Mantener una conversación: ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?				X	
4.	Formular una pregunta: ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?					X
5.	Dir las gracias: ¿Permite que los demás sepan que esta agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?					X
6.	Presentarse: ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?		X			
7.	Presentar a otras personas: ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otras?					X
8.	Hacer un cumplido: ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?					X
9.	Pedir ayuda: ¿Pide ayuda cuando la necesita?				X	
10.	Participar: ¿Elige la mejor manera de un grupo que esta realizando una actividad y luego se integra a él?				X	
11.	Dar instrucciones: ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?				X	
12.	Seguir instrucciones: ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?		X			
13.	Disculparse: ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que esta mal?					X
14.	Convencer a los demás: ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o mas utiles que las de ellos?					X
15.	Conocer sus sentimientos: ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?					X
16.	Expresar sus sentimientos: ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?					X
17.	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?					X
18.	Comprende los sentimientos de los demás: ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?					X
19.	Expresar afecto: ¿permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?				X	
20.	Resolver el miedo: ¿cuando siente miedo, piensa por que lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?				X	
21.	Autorecompensarse: ¿Se da así mismo una recompensa después que hace algo bien?					X
22.	Pedir permiso: ¿reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?					X
23.	Compartir algo: ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?					X
24.	Ayudar a los demás: ¿Ayuda a quien lo necesita?					X
25.	Negociar: ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que le satisfagan a ambos?					X
26.	Empresar autocontrol: ¿Controla su carácter de tal forma que no se le "escapan las cosas de las manos"?				X	
27.	Defender sus derechos: ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cual es su postura?					X
28.	Responder a las bromas: ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?					X
29.	Evitar problemas con los demás: ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?					X
30.	No entrar en peleas: ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?					X
31.	Formular una queja: ¿le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?					X
32.	Responder a una queja: ¿Intenta responder a los demás y responder imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?					X
33.	Mostrar deportividad después de un juego: ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?					X
34.	Resolver la vergüenza: ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?					X
35.	Atregársela cuando le dejan de lado: ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?					X
36.	Defiende a su amigo: ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?					X
37.	Responder a una persuasión: ¿Si alguien esta tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir que hacer?					X
38.	Responder al fracaso: ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?					X
39.	Enfrentarse con mensajes contradictorios: ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?					X

		N	RV	AV	AM	S
40.	Responder una acusación: ¿Comprende de que y por que ha sido acusado y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que le hizo acusación?					X
41.	Prepararse para una conversación difícil: ¿Planifica la mejor forma para exponer su punto de vista, antes de una conversación problemática?					X
42.	Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decide que cosa quiere hacer cuando los demás quieren que haga otra cosa distinta?				X	
43.	Tomar iniciativas: ¿Si se siente aburrido, intenta encontrar algo interesante que hacer?				X	
44.	Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intenta determinar que lo causó?			X		
45.	Establecer un objetivo: ¿Determina de manera realista lo que le gustaría realizar antes de empezar una tarea?				X	
46.	Determinar sus habilidades: ¿Determina de manera realista que tan bien podría realizar una tarea especifica antes de iniciarla?				X	
47.	Recibir información: ¿determina lo que necesita saber y cómo conseguir esa información?				X	
48.	Resolver los problemas según su importancia: ¿Determina de forma realista cual de sus problemas es el mas importante y el que deberia ser solucionado primero?					X
49.	Tomar una decisión: ¿Considera diferentes posibilidades y luego elige la que le hara sentirse mejor?					X
50.	Concienciarse en una tarea: ¿Es capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quiere hacer?				X	

# LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES (LCHS)

Nombre: D.A. Z A. Goldstein Sexo: F  
Grado: 2º Edad: 29 Fecha: 15-04-25

## INSTRUCCIONES

A continuación Ud. encontrará enumerada una lista de habilidades que las personas usan en la interacción social más o menos eficiente. Ud. Deberá determinar como usa cada una de esas habilidades, marcando con un apa (X) en la columna de la derecha y en la fila correspondiente, según el siguiente patrón: marque en la columna.

N Si Ud. Nunca usa esta habilidad.  
RV Si Ud. Rara vez usa esta habilidad.  
AV Si Ud. A veces usa esta habilidad.  
AM Si Ud. A menudo usa esta habilidad.  
S Si Ud. Siempre usa esta habilidad.

Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta, queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongado. Asegúrese de no omitir alguna pregunta. No hay respuesta "correcta" ni respuesta "incorrecta". Ahora comience.



		N	RV	AV	AM	S
1.	Escuchar. ¿Presta atención a las personas que le están hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?				X	
2.	Iniciar una conversación. ¿Inicia conversaciones con otras personas y luego las mantiene por un momento?				X	
3.	Mantener una conversación. ¿Habla con otras personas sobre cosas de interés mutuo?				X	
4.	Formular una pregunta. ¿Determina la información que necesita saber y se la pide a la persona adecuada?					X
5.	Dar las gracias. ¿Permite que los demás sepan que está agradecido con ellos por algo que hicieron con Ud.?					X
6.	Presentarse. ¿Se esfuerza por conocer personas por propia iniciativa?				X	
7.	Presentar a otras personas. ¿Ayuda a presentar a nuevas personas con otros?				X	
8.	Hacer un cumplido. ¿Dice a los demás lo que les gusta de ellos o de lo que hacen?			X		
9.	Pedir ayuda. ¿Pide ayuda cuando la necesita?			X		
10.	Participar. ¿Elige la mejor manera de un grupo que está realizando una actividad y luego se integra a él?				X	
11.	Dar instrucciones. ¿Explica instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente?				X	
12.	Seguir instrucciones. ¿Presta cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigue?				X	
13.	Disculparse. ¿Pide disculpas a los demás cuando hace algo que sabe que está mal?					X
14.	Convencer a los demás. ¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores o más útiles que las de ellos?		X			
15.	Conocer sus sentimientos. ¿Intenta comprender y reconocer las emociones que experimenta?				X	
16.	Expresar sus sentimientos. ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?			X		
17.	Comprender los sentimientos de los demás. ¿Intenta comprender lo que los demás sienten?					X
18.	Comprender los sentimientos de los demás. ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?					X
19.	Expresar afecto. ¿Permite que los demás sepan que Ud. se interesa o se preocupa por ellos?				X	
20.	Resolver el miedo. ¿Cuando siente miedo, piensa por que lo siente, y luego intenta hacer algo para disminuirlo?			X		

21.	Auto-recompensarse. ¿Se da así mismo una recompensa después que hace algo bien?					X
22.	Pedir permiso. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pide a la persona indicada?					X
23.	Compartir algo. ¿Ofrece compartir sus cosas con los demás?					X
24.	Ayudar a los demás. ¿Ayuda a quién lo necesita?					X
25.	Negociar. ¿Si Ud. y alguien están en desacuerdo sobre algo, trata de llegar a un acuerdo que le satisfagan a ambos?					X
26.	Emplear autocontrol. ¿Controla su carácter de tal forma que no se le "escapan las cosas de las manos"?					X
27.	Defender sus derechos. ¿Defiende sus derechos dando a conocer a los demás cual es su postura?					X
28.	Responder a las bromas. ¿Conserva el autocontrol cuando los demás le hacen bromas?					X
29.	Evitar problemas con los demás. ¿Se mantiene al margen de situaciones que podrían ocasionarle problemas?				X	
30.	No entrar en peleas. ¿Encuentra otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear?					X
31.	Formular una queja. ¿Le dice a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no le gusta?					X
32.	Responder a una queja. ¿Intenta responder a los demás y responder imparcialmente, cuando ellos se quejan de Ud.?				X	
33.	Mostrar deportividad después de un juego. ¿Expresa un cumplido al otro lado del equipo después de un juego si ellos se lo merecen?					X
34.	Resolver la vergüenza. ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?				X	
35.	Arreglársela cuando le dejan de lado. ¿Determina si lo han dejado en una actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?					X
36.	Defiende a su amigo. ¿Manifiesta a los demás cuando siente que un amigo no ha sido tratado justamente?					X
37.	Responder a una persuasión. ¿Si alguien está tratando de convencerlo de algo, piensa en la posición de esa persona y luego en la propia, antes de decidir que hacer?					X
38.	Responder al fracaso. ¿Intenta comprender la razón por la cual ha fracasado en una situación particular?					X
39.	Enfrentarse con mensajes contradictorios. ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa, pero dicen y hacen otra cosa?					X



## ANEXO 3

### CONSENTIMIENTO INFORMADO



#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por *Salicio Espinoza, Karina Kimberly* **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: ***Autoestima y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025***

Cuyo objetivo es: Determinar la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, con el fin de optar **el Título de Licenciado en Psicología**.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado: escala de autoestima de Cooper Smith y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Huánuco, 15 de ABRIL de 2025

FIRMA



## CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por *Salicio Espinoza, Karina Kimberly* **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: ***Autoestima y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025***

Cuyo objetivo es: Determinar la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, con el fin de optar **el Título de Licenciado en Psicología**.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado: escala de autoestima de Cooper Smith y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Huánuco, 15 de abril de 2025

FIRMA





## CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por *Salicio Espinoza, Karina Kimberly* **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco, autor (a) de la investigación titulada: ***Autoestima y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025***

Cuyo objetivo es: Determinar la relación de la autoestima y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios de primer y segundo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco 2025, con el fin de optar **el Título de Licenciado en Psicología**.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar el instrumento denominado: escala de autoestima de Cooper Smith y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se está consignando los nombres ni apellidos en el instrumento.

Huánuco, 15 de abril de 2025

FIRMA

## ANEXO 4

### AUTORIZACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

SOLICITO: AUTORIZACION PARA APLICAR  
CUESTIONARIO A LOS ALUMNOS DE 1ER y 2 DO, CICLO  
DE PSICOLOGIA.

**SRA.COORDINADORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGIA, DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE  
HUÁNUCO, HUANUCO 2023.**

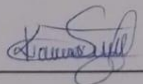
Yo, Karina Kimberly Salicio Espinoza, identificada con DNI Nº 48156622, ante usted  
respetuosamente me presento y expongo:

Qué habiendo culminado la carrera de psicología en la Universidad de Huánuco, Facultad de  
ciencias de la Salud, Programa Académico de Psicología, solicito a usted autorización para  
aplicar el cuestionario de investigación a los alumnos de 1er y 2do ciclo de psicología de la  
Universidad titulada "AUTOESTIMA Y SU RELACION EN HABILIDADES SOCIALES EN LOS  
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE PRIMER Y SEGUNDO CICLO DE PSICOLOGIA DE LA  
UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, HUÁNUCO 2023" Tesis para optar el título profesional de  
LICENCIADA en psicología.

**POR LO EXPUESTO:**

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Huánuco, 27 de octubre del 2023



KARINA KIMBERLY SALICIO ESPINOZA

DNI º 48156622



## ANEXO 5

### VISTAS FOTOGRÁFICAS







