

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS

**“Resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del
programa académico de psicología de la universidad de
Huánuco 2025”**

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

AUTORA: Grandez Isuiza, Ivonne

ASESOR: Acencio Malpartida, Franklin Larry

HUÁNUCO – PERÚ

2026



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 (2020)

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias sociales

Sub área: Psicología

Disciplina: Psicología (incluye relaciones hombre – máquina)

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): 72131377

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 45723125

Grado/Título: Maestro en educación, mención:
investigación y docencia superior

Código ORCID: 0000-0002-4442-9082

DATOS DE LOS JURADOS:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Cornejo Cervantes, Cyndi Melissa	Maestra en administración de la educación	43665542	0000-0001-6724-1915
2	Vela Ramirez, Petita	Maestra en gestión pública	71550799	0009-0006-4956-962X
3	Noya Iñape, Karina	Maestro en sistema de protección de los derechos del niño, niña y adolescente frente a la violencia	44758826	0009-0008-8441-277X



Facultad de Ciencias de la Salud
Programa Académico Profesional de Psicología



"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"

"AÑO DE LA ESPERANZA Y EL FORTALECIMIENTO DE LA DEMOCRACIA"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 08:00 A.M. horas del día 30 del mes de junio del año dos mil veintiséis, 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:

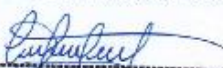
- MG. CYNDI MELISSA CORNEJO CERVANTES VDA. DE HURTADO **PRESIDENTE**
- MG. PETITA VELA RAMIREZ **SECRETARIO**
- MG. KARINA NOYA IÑAPE **VOCAL**
- MG. JULITA DEL PILAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO (**JURADO ACESITARIO**)
- **ASESOR DE TESIS** MG. LARRY FRANKLIN ACENCIO MALPARTIDA

Nombrados mediante Resolución N° 3605-2025-D-FCS-UDH y N° 1389-2026-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. "RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO 2025"; Presentado por la Bachiller en Psicología, SRA. GRANDEZ ISUIZA, IVONNE, 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, 9:20 am Horas del día 30 del mes de Junio del año 2026, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.


MG. CYNDI MELISSA CORNEJO CERVANTES VDA. DE HURTADO

0000-0001-6724-1915 - DNI: 43665542

PRESIDENTE


MG. PETITA VELA RAMIREZ

0009-0006-4956-962X - DNI: 71550299

SECRETARIA


MG. KARINA NOYA IÑAPE

0000-0002-7060-7866 - DNI: 44756826

VOCAL



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: IVONNE GRANDEZ ISUIZA, de la investigación titulada "RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO 2025", con asesor(a) LARRY FRANKLIN ACENCIO MALPARTIDA, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 2163-2024-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, 15 de abril de 2026



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

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 - Jr. Progreso N° 650 - Teléfonos: (062) 511-113
Telefax: (062) 513-154
Huánuco - Perú

56. Grandez Isuiza, Ivonne.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

26%

FUENTES DE INTERNET

12%

PUBLICACIONES

14%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.udh.edu.pe

Fuente de Internet

5%

2

hdl.handle.net

Fuente de Internet

4%

3

Submitted to Universidad Tecnologica del
Peru

Trabajo del estudiante

2%

4

repositorio.upla.edu.pe

Fuente de Internet

2%

5

www.scribd.com

Fuente de Internet

1%



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

DEDICATORIA

A mi hijo, Adin Mateo, que simboliza mi fuerza cuando me siento desolada. A mi pareja, Roger Arturo, mi motivación para levantarme cuando tropiezo en mi lucha diaria y también porque me brinda su amor incondicional. A mis hermanos, Lidia, Mariana y Arles que me acompañan siempre y me apoyaron en todo el proceso en mi formación profesional.

AGRADECIMIENTO

En principio agradezco a Dios por mantenerme en el camino de mi fe.

A mi pareja Roger Arturo, por su amor incondicional, seguridad y confianza para poder enfrentar los desafíos.

A mis padres, quienes fueron un pilar en mi camino profesional que, con sus ejemplos de vida resiliente, me enseñaron que mientras haya fuerza e interés se puede superar cualquier obstáculo.

A mis hermanos, gracias por su compañía, paciencia y tiempo que tuvieron en todo este proceso de culminación del trabajo de investigación.

A todos mis docentes de la Universidad, gracias por sus enseñanzas, paciencia y dedicación, fueron mi guía y mi inspiración durante el transcurso de mi formación académica y profesional.

A Illa Psychology, gracias por haberme acogido y enseñado a recuperar la confianza en la comunicación interpersonal durante mis prácticas preprofesionales.

Agradezco también a mi asesor Mg. Franklin Acencio Malpartida, por sus orientaciones y conocimientos durante mi investigación.

A mi maestra Yanina Candelario Saravia. Gracias por creer en mis capacidades académicas y guiarme con paciencia y vocación en este trabajo amplio. Gracias por ser un ejemplo para seguir.

Y finalmente agradezco a todas las personas que confiaron en mí.

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS.....	VII
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN.....	XI
CAPÍTULO I.....	13
PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN	13
1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	13
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	16
1.2.1. PROBLEMA GENERAL.....	16
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS	16
1.3 OBJETIVOS.....	17
1.3.1. GENERAL	17
1.3.2. ESPECÍFICOS.....	17
1.4 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.4.1. TEÓRICA	19
1.4.2. PRÁCTICA	19

1.4.3. METODOLÓGICA.....	20
1.5 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN	20
1.6 VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	20
CAPÍTULO II.....	21
MARCO TEÓRICO	21
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	21
1.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES	21
1.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES	22
1.1.3. ANTECEDENTES LOCALES.....	23
2.2. BASES TEÓRICAS	25
2.2.1. RESILIENCIA.....	25
2.2.2. HABILIDADES SOCIALES	32
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES	38
2.4. HIPÓTESIS.....	40
2.4.1. GENERAL.....	40
2.4.2. ESPECÍFICAS	40
2.5. VARIABLES	41
2.6. TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	42
CAPÍTULO III	44
METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....	44
3.1. TIPO.....	44
3.2. ENFOQUE	44
3.3. NIVEL.....	44

3.4. DISEÑO	44
3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	45
3.5.1. POBLACIÓN	45
3.5.2. MUESTRA.....	45
3.5.3. TIPO DE MUESTREO	46
3.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	47
3.6.1. TÉCNICAS	47
3.6.2. INSTRUMENTOS	48
3.7. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS	52
CAPÍTULO IV.....	54
RESULTADOS	54
4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	54
4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS Y PRUEBA DE HIPÓTESIS ..	57
CAPÍTULO V.....	62
DISCUSIÓN	62
CONCLUSIONES	67
RECOMENDACIONES Y/O SUGERENCIAS	69
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	71
ANEXOS	78

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE RESILIENCIA.....	42
TABLA 2: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE HABILIDADES SOCIALES	43
TABLA 3: POBLACIÓN DE ESTUDIANTES	45
TABLA 4: MUESTRA DE ESTUDIANTES	46
TABLA 5: TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	47
TABLA 6: CALIFICACIÓN DE LA ESCALA DE RESILIENCIA.....	50
TABLA 7: CALIFICACIÓN DE LA LISTA DE CHEQUEO	52
TABLA 8: DISTRIBUCIÓN DEL NIVEL PREDOMINANTE DE RESILIENCIA	54
TABLA 9: DISTRIBUCIÓN DEL NIVEL PREDOMINANTE DE HABILIDADES SOCIALES	56
TABLA 10: PRUEBA DE NORMALIDAD DE KOLMOGOROV-SMIRNOV ..	57
TABLA 11: CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS	58
TABLA 12: CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA 1	59
TABLA 13: CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICAS 2	59
TABLA 14: CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA 3	60
TABLA 15: CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA 4	60
TABLA 16: CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA 5	61
TABLA 17: CORRELACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICA 6	61

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA N° 1: NIVELES PREDOMINANTES DE RESILIENCIA	55
FIGURA N° 2: NIVELES PREDOMINANTES DE HABILIDADES SOCIALES	56

RESUMEN

Objetivo: Determinar de qué forma se relaciona la capacidad de resiliencia en la formación de habilidades sociales dentro de un entorno universitario. **Metodología y técnicas:** se realizó un estudio de tipo básico, de alcance correlacional y un diseño no experimental transversal. La muestra estuvo conformada por 297 estudiantes de ambos sexos. Con respecto a los instrumentos utilizados se usó la escala de resiliencia para alumnos universitarios foráneos (RESFOR) y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein herramientas con propiedades psicométricas consistentes y de gran precisión. **Resultados:** con respecto a la resiliencia se determinó que un 25.25% obtuvo un nivel alto, un 51.18% de los participantes obtuvieron un resultado de medio y un 23.57% mostraron un resultado de nivel bajo. Y con relación al análisis de las habilidades sociales los resultados determinan que los participantes obtienen un resultado alto que equivale al 25.59%, seguidos de un 51.18% nivel medio y finalmente un 23.23% de nivel bajo. **Conclusiones:** Según Rho Spearman ($r=0.867$, $p< 0.001$) determina una asociación positiva muy alta y directa entre ambas variables lo que sugiere una interdependencia estrecha entre la capacidad resiliente y la formación de habilidades sociales en la muestra estudiada. Del mismo modo, los resultados evidencian una asociación fuerte entre la capacidad de resiliencia con las dimensiones de las habilidades sociales obteniéndose una asociación positiva en cada una de ellas, así mismo se obtiene una correlación muy alta en la dimensión relacionada a las habilidades de planificación y en la dimensión de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos fue ligeramente menor. Por lo tanto, los resultados confirman las hipótesis alternas del presente estudio.

Palabras clave: resiliencia, habilidades sociales, primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con los sentimientos.

ABSTRACT

Objective: To determine how resilience is related to the development of social skills within a university environment. **Methodology and techniques:** a basic, correlational study with a non-experimental cross-sectional design was conducted. The sample consisted of 297 students of both sexes. The resilience scale for international university students (RESFOR) and Goldstein's Social Skills Checklist was used as instruments with consistent and highly accurate psychometric properties. **Results:** Regarding resilience, 25.25% of participants demonstrated a high level, 51.18% a medium level, and 23.57% a low level. In terms of social skills, 25.59% of participants demonstrated a high level, followed by 51.18% at a medium level, and 23.23% at a low level. **Conclusions:** According to Spearman's rho ($r=0.867$, $p<0.001$), a very strong and direct association was found between both variables, suggesting a close interdependence between resilience and the development of social skills in the sample studied. Similarly, the results show a strong association between resilience capacity and the dimensions of social skills, obtaining a positive association in each of them. Likewise, a very high correlation was obtained in the dimension related to planning skills, and in the dimension of social skills related to feelings it was slightly lower. Therefore, the validity of the hypotheses of this study is corroborated.

Keywords: resilience, social skills, early social skills, advanced social skills, social skills related to feelings.

INTRODUCCIÓN

Esta investigación surgió de la necesidad de establecer la forma en cómo se asocia la resiliencia sobre las habilidades sociales dentro del ámbito universitario. Cuando un estudiante desarrolla sus competencias y habilidades mejora su sentido de aptitud y autoconfianza lo que impactará directamente en el fortalecimiento de los recursos personales y por ende en el bienestar psicológico integral.

La resiliencia es la competencia para enfrentar condiciones negativas de la vida. Surge como una estrategia de gran eficacia ante la presencia incontrolada de condiciones sociales de riesgo que comprometen el bienestar de los estudiantes. Se definen las habilidades sociales, es la facultad que tiene el sujeto para responder eficazmente a los estímulos sociales especialmente aquellas que derivan de exigencias del medio externo y de las reacciones de las demás personas.

La universidad no solo es un ente formador de profesionales sino también un espacio donde los estudiantes universitarios pueden desarrollar y fortalecer sus competencias sociales y personales y de ese modo enfrentar obstáculos a nivel profesional y personal. Por lo tanto, este estudio tiene la intención de correlacionar ambas variables quiere decir, qué tanto los estudiantes universitarios se adaptan a las exigencias académicas o presiones externas y qué tanto la formación de las habilidades sociales les permite relacionarse mejor y tener una mejor calidad de vida. Significa entonces, que será importante y valioso este estudio porque permitirá diseñar intervenciones oportunas que promuevan el bienestar integral de la población estudiantil.

Este estudio se divide en cinco capítulos: el primero detalla el planteamiento, descripción y formulación del problema, la justificación, los objetivos, viabilidad y limitaciones. El segundo capítulo aborda sobre el marco teórico, incluyendo los antecedentes, bases teóricas, definiciones, hipótesis, variables y su operacionalización. El tercer capítulo plantea los aspectos metodológicos. En el cuarto capítulo se abordan los resultados, el procesamiento de datos y la contrastación de hipótesis. Y finalmente, el quinto

capítulo incluye la discusión de resultados, las conclusiones logradas, recomendaciones y/o sugerencias, referencias bibliográficas y los anexos respectivos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La resiliencia y las habilidades sociales son pilares básicos del bienestar emocional y del éxito académico y profesional de los estudiantes universitarios porque estas habilidades permiten alcanzar un buen desempeño social, emocional y cognitivo aumentando de esta manera la probabilidad de alcanzar las metas y objetivos.

Según el Fondo de Población de las Naciones Unidas (2021) la pandemia ha ocasionado consecuencias multidimensionales en muchos países del mundo generando un incremento considerable en los casos de estrés, ansiedad y depresión llegando a ocasionar dificultades en el desenvolvimiento y adaptación de las personas tanto de niños, adolescentes, jóvenes y adultos.

Por lo tanto, el Perú no es ajeno a esta problemática según el Ministerio de Salud (MINSA 2019) en el ámbito educativo se reportó que el 85% de las universidades presentan una problemática vinculada con la salud mental. Así mismo, el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, juntamente con el Ministerio de Educación, UNICEF y el Ministerio de Salud (2021) hallaron entre edades de 12 a 17 años posibles riesgos en su salud psicológica de modo que, actualmente se consideran desafíos importantes sobre todo de aquellos grupos más vulnerables que son las poblaciones de adolescentes y jóvenes.

De acuerdo con (Krauskopf, 2006) cita a Paradigmas Revista Psicológica (2000) menciona que los avances científicos en el campo de la salud y en la atención de la juventud como por ejemplo la prolongación de la esperanza de vida, fenómenos como la modernidad, y la globalización han transformado la necesidad de muchos adolescentes y jóvenes en desarrollar

nuevas estrategias que ayuden a afrontar los cambios biopsicosociales. (p.45).

En el contexto ecuatoriano, Urbina (2024) realizó un estudio donde el objetivo principal fue establecer el vínculo entre la resiliencia y habilidades sociales en adolescentes para evaluar el impacto que causó la pandemia concluyen en dicho estudio diseñar e implementar programas para fortalecer las competencias de la población estudiantil universitaria. Así mismo, también en Ecuador Montero (2021) analizó la asociación entre las habilidades sociales y resiliencia en poblaciones de adolescentes de diferentes casas de refugio. Respecto a los hallazgos se observa que la mayoría de la muestra obtuvo un nivel bajo que equivale al 58,6% en contraste a las competencias sociales predominó un nivel promedio que corresponde al 69%. Concluye que sí existe un grado de vínculo fuerte y significativo entre ambas variables que quiere decir a mayor capacidad resiliente, mayor desarrollo de competencias sociales.

En Cuzco Tavera & Titi (2021) ambos autores examinaron la influencia de la resiliencia en el mejoramiento de las habilidades sociales de una institución educativa durante la pandemia. Los investigadores concluyeron que a mayores niveles de resiliencia conlleva a un repertorio mayor de competencias sociales en una crisis de pandemia.

En Huánuco Rivera (2024) halló la presencia de una correlación fuerte entre el bienestar psicológico y la capacidad de resiliencia en estudiantes de una Universidad estatal.

Todas estas investigaciones demuestran cómo ambas variables de estudio son competencias que sirven de gran ayuda a los estudiantes para enfrentar condiciones negativas de la vida (Bisquerra, 2000) es preciso entonces distinguir que estas competencias implican una mezcla de elementos que permiten transformar los obstáculos los cuales son adquiridos durante su desarrollo a través de un proceso interactivo entre el individuo y su medio ambiente (Rutter, 1992; Suárez, 1995).

Es así, que la resiliencia implica una amplia gama de factores de riesgo y los resultados de una serie de competencias, siendo producto de una combinación de factores ambientales, y personales. (Osborn, 1993). Según estudios de Kotliarenko et. al (1996); (1998); (2000); demostraron a través de estudios de investigación que los niños con resiliencia comparten una serie de habilidades emocionales básicas como la sociabilidad, la autoestima, el optimismo, y sentido del humor, resistencia al fracaso y a la frustración, así como la habilidad para superar los contratiempos y una naturaleza fácil para afrontar experiencias demandantes basadas en la flexibilidad y la sociabilidad.

Fernández & Carrobles (1981) definen las habilidades sociales que es la facultad cognitiva que el sujeto tiene para comprender y reaccionar a estímulos sociales y de las interacciones con otras personas (p.25). en complemento, Meza (1995) agrega que las habilidades sociales es la facultad operativa para llevar a cabo acciones sociales durante la interacción entre sujetos (p.25).

En ese sentido, ambas variables surgen como estrategias de gran eficacia ante la presencia incontrolada de condiciones sociales de riesgo que comprometen el bienestar de los estudiantes. Actualmente, existe una mayor promoción y atención en el entrenamiento de habilidades sociales porque se observa a muchos estudiantes que tienen altos niveles de estrés por presiones académicas, inadecuadas relaciones interpersonales y por ende necesitan desarrollar habilidades básicas que les permita desenvolverse de manera más apropiada frente al medio ambiente y a las relaciones.

Durante mi permanencia como estudiante de psicología pude observar estudiantes con dificultades en sus capacidades comunicativas, se mostraban poco atentos, poco empáticos; presentan dificultades en la expresión y comprensión de las emociones y baja tolerancia a la frustración características que posiblemente indican limitaciones en las competencias sociales significa entonces que podrían estar enfrentando desafíos emocionales y académicos durante su formación profesional. Comprender la relación entre estas dos variables es crucial para diseñar intervenciones que promuevan el bienestar integral de la población estudiantil.

Todo este planteamiento, como investigadora me lleva a analizar que un estudiante resiliente no solo es una persona especialmente dotada, sino aquí el desafío está en construir condiciones psicológicas que pueden ser entrenadas y estimuladas realizando intervenciones oportunas, creando espacios terapéuticos, crecimiento profesional y personal en los estudiantes en muchos de los casos poder reducir los efectos adversos de las situaciones.

Cuando un estudiante desarrolla resiliencia y habilidades sociales mejorará su percepción de competencia y autoconfianza lo que impactará directamente en su salud psicológica.

La universidad no solo es un ente formador de profesionales sino también un espacio donde los estudiantes universitarios puedan desarrollar sus competencias sociales y personales para afrontar con éxito los obstáculos de la vida cotidiana.

Bajo esta premisa, el presente trabajo de investigación intenta aportar con información teórico científico al asociar la resiliencia con las habilidades sociales en la población estudiantil de la Universidad de Huánuco 2025.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación existente entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

¿Cuál es el nivel predominante de resiliencia en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es el nivel predominante de las habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales relacionado con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1. GENERAL

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

1.3.2. ESPECÍFICOS

Identificar el nivel predominante de resiliencia en los estudiantes del programa académico de Psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Identificar el nivel predominante de las habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de Psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

Determinar el grado de relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

1.4 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Este estudio de investigación intenta ser una contribución importante y necesaria por las siguientes razones:

1.4.1. TEÓRICA

Aporta información proveniente de fuentes confiables como son libros, revistas científicas y otras publicaciones académicas. Asimismo, se obtendrá un análisis minucioso de ambas variables de la muestra estudiada.

La resiliencia es una facultad que puede desarrollarse si la persona cuenta con los estímulos ambientales pertinentes se impone la necesidad de informarnos acerca de qué es la resiliencia, su naturaleza, sus características y cómo se desarrolla. En definitiva, gracias a las habilidades sociales podemos ser más conscientes de nuestros impulsos y patrones de comportamiento, y elegir responder de manera más deliberada y efectiva en lugar de simplemente reaccionar automáticamente. Por otro lado, las habilidades sociales es la facultad cognitiva que el sujeto tiene para comprender y reaccionar a estímulos sociales y de las interacciones con otras personas. Siendo así, fundamental ponerla al servicio no sólo de los profesionales de la salud y educación, sino también propiciar la creación de programas formativos que ayuden a desarrollar la capacidad resiliente y las habilidades sociales en los diferentes ámbitos donde se desenvuelven las personas incluido las universidades como entes formadores.

1.4.2. PRÁCTICA

Esta investigación beneficiará en primer lugar a los estudiantes porque contribuirá a desarrollar competencias sociales que serán de gran utilidad para su vida futura como personas y profesionales. Y en segundo lugar a la plana docente y que podrán diseñar programas apropiados para fortalecer la capacidad resiliente y las habilidades sociales y de ese modo promover un mejor desarrollo del bienestar emocional del estudiante. Es

conveniente entonces, realizar este estudio para abordar una necesidad real en el ámbito universitario y proporcionar datos que guíen la implementación de programas de apoyo efectivo.

1.4.3. METODOLÓGICA

Se usó una metodológica de enfoque cuantitativo para analizar los datos recopilados a través de los instrumentos como es el caso de la escala de resiliencia para alumnos universitarios (Resfor) adaptado por Miranda & Quispe (2021) y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein adaptado por Miranda & Quispe (2021) ambos instrumentos demuestran ser confiables y de gran precisión. Que no solo aseguran la validez y confiabilidad de los resultados, sino que también podrán ser utilizados en investigaciones similares con diferentes poblaciones.

1.5 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Una limitación en cuanto a la muestra es que se restringe únicamente a una población universitaria. Esta delimitación podría afectar la generalización de los resultados a otras poblaciones o programas académicos.

1.6 VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio es factible debido a varios factores clave: en primer lugar, se contará con el acceso a la población estudiantil, lo que facilitará la recolección de datos. Segundo, se usarán instrumentos validados lo que asegura la calidad y fiabilidad de los datos obtenidos. Además, la investigación contará con los recursos necesarios, incluyendo tiempo, asesoría experta y materiales, para llevar a cabo el estudio de manera efectiva y dentro del marco temporal establecido.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

1.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

Urbina (2024) el objetivo principal fue contrastar la resiliencia y habilidades sociales en 164 adolescentes de la unidad educativa “La Inmaculada” (Ecuador). Metodología: es descriptivo y correlacional con un muestreo aleatorio simple. Muestra: fueron 164 participantes entre las edades de 15 a 19 años pertenecientes a primero, segundo y tercero de bachillerato. El estudio demostró una mayor proporción en el nivel bajo de resiliencia (39.4%) en tanto el 28.1% fue equivalente al nivel alto y un 32.5% de los participantes obtuvieron un nivel medio. Para las habilidades sociales se obtuvo un nivel alto de 87% y un 13% de nivel bajo. Resultados: los datos estadísticos arrojan un coeficiente de correlación igual a $r = ,019$ y una significancia entre las variables de $.0812$ ($p > 0.01$). Este resultado confirma que no existe asociación entre ambas variables evidenciando que la correlación de Pearson es baja o nula. Concluye: diseñar e implementar programas psicoeducativos que fortalezcan tanto la resiliencia como las competencias sociales en la población estudiantil.

Granda & Gaibor (2024) ambos autores investigaron la relación entre la resiliencia y habilidades sociales en una muestra de 94 adolescentes ecuatorianos. Metodología: el estudio es cuantitativo, no experimental, de alcance transversal, y de carácter correlacional y descriptivo. Para la muestra evaluaron a 94 alumnos entre edades de 15 a 17 años respectivamente. Instrumentos: para la recolección de datos aplicaron la escala de resiliencia (ER-14) de Wagnild y Young, junto con la escala de evaluación de habilidades sociales de Goldstein. Resultados: la mayor parte de los alumnos adolescentes presentaron niveles altos y normales de resiliencia. Del mismo modo, el género

masculino obtuvo una puntuación media superior de resiliencia que el género femenino pero esta diferencia no fue significativa. Conclusiones: se halló una correlación consistente entre ambas variables y positiva baja con relación a las habilidades relacionadas con los sentimientos.

Montero (2021) investigó el grado de relación entre la resiliencia y las habilidades sociales en una muestra de 29 adolescentes ecuatorianos que residen en hogares de refugio de Azogues. Metodología: el estudio es cuantitativo, de alcance transversal y de carácter descriptivo correlacional. Para la muestra evaluaron a 29 adolescentes de ambos sexos. Resultados: la mayoría de los evaluados presentaron un promedio bajo de habilidades sociales que representa el 69% de la muestra seleccionada mientras el 58,6% obtuvo un nivel bajo. Conclusiones: se confirma la existencia del grado de correlación directa y significativa entre ambas variables lo cual quiere decir a menores porcentajes de resiliencia menor es el despliegue de habilidades sociales en la muestra estudiada.

1.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

Tavera & Titi (2023) cuyo objetivo fue establecer si influye la resiliencia en el desarrollo de las habilidades sociales en una muestra de 176 estudiantes cuzqueños de la institución Daniel Alcides Carrión durante la pandemia. Metodología: el estudio es de enfoque cuantitativo, tipo básica, diseño no experimental, de alcance descriptivo y correlacional. Instrumentos: para el recojo de información usaron la escala de resiliencia para adolescentes de 34 ítems y para medir las habilidades sociales se utilizó una lista de chequeo de 50 preguntas. Resultados: se evidencia una correlación positiva considerable entre ambas variables ($\rho = 0.667$; $p < 0.05$), sugiriendo que, a mayores niveles de resiliencia mayor es el despliegue de las competencias sociales en la muestra estudiada.

Miranda & Quispe (2021) tuvieron como propósito determinar la relación entre resiliencia y habilidades sociales en una muestra de 384 estudiantes de la carrera de administración de un instituto privado de

Huancayo. Metodología: se usó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de alcance transversal. Instrumentos: para la recolección de datos aplicaron (Resfor) escala de resiliencia para alumnos universitarios foráneos de Fabián y Medina (2016) y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein adaptados. Conclusión: los resultados revelaron que existe correlación de magnitud moderada y alta entre ambas variables ($\rho = 0.676$; $p < 0.05$). De igual manera, para el análisis de correlación de la variable resiliencia con las dimensiones de habilidades sociales se encontró que existe una correlación alta con la dimensión de planificación. Se demuestra así, que la capacidad de adaptación está estrechamente vinculada a la organización de metas en esta muestra.

Olaya (2021) realizó un estudio en Lima con la finalidad de contrastar la resiliencia con habilidades sociales en adolescentes de una institución pública de Huaquillas. Metodología: es un estudio de tipo básica, de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional descriptiva siendo la muestra no probabilística. Instrumentos: para recoger información usaron la escala de resiliencia de Wagnild y Young, así como la escala de Gismero sobre habilidades sociales o EHS. Resultados: tomando en cuenta el contexto donde se desenvuelven los alumnos este estudio revela una correlación alta en determinadas dimensiones de habilidades sociales y la resiliencia. Conclusión: el aprendizaje de las habilidades sociales favorece la capacidad resiliente del estudiante.

1.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

Rivera (2024) tuvo como objetivo principal contrastar la resiliencia y bienestar psicológico en una muestra de 157 estudiantes de psicología de una Universidad estatal Huanuqueña. Metodología: el estudio es de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, y de nivel correlacional. Muestra: 157 participantes equivalente al 60% de estudiantes. Instrumentos: para el procesamiento de los datos usaron la escala de resiliencia (ER) y la escala de bienestar psicológico. Resultados: los hallazgos descriptivos revelan un 86% que equivale a un nivel alto de

bienestar psicológico y en resiliencia un 35% que corresponde a un nivel alto de la muestra estudiada. Conclusión: se confirma la existencia de una correlación positiva fuerte ($r=0.726$) entre el bienestar psicológico y la resiliencia.

Presentación (2024) tuvo como objetivo principal examinar la relación entre la resiliencia y los factores sociodemográficos en 175 estudiantes de la carrera de psicología de una Universidad Pública Huanuqueña. Metodología: el estudio tuvo un enfoque cuantitativo, de diseño correlacional, con muestreo no probabilístico. Instrumentos: para el recojo de datos aplicaron la escala de resiliencia de Wagnild y Heather M. Young y una ficha de datos sociodemográficos para conocer los factores que influyen en la muestra; debido al procesamiento de los datos los resultados mostraron una distribución no normal y para el análisis inferencial y descriptivo utilizaron el coeficiente Rho de Spearman. Resultados: según revelado por los resultados la mayor cantidad de estudiantes se ubican en un 48.6% que corresponde al nivel medio de resiliencia. Respecto a las características de la muestra pertenecen al sexo femenino un 67.4% y el 81.1% no trabajan, mientras que el 40.6% vivía con sus padres. Conclusiones: este resultado sugiere que las características sociodemográficas no están vinculadas con la capacidad resiliente ($p>0.05$). sin embargo, se aprecia un óptimo nivel de significancia entre la resiliencia y la situación laboral. lo que sugiere que el entorno laboral juega un papel determinante en la capacidad resiliente de los estudiantes.

Quispe (2023) realizó un estudio cuyo propósito es determinar la asociación entre la autorregulación emocional y resiliencia en los estudiantes de psicología de una Universidad privada Huanuqueña. Metodología: tipo de investigación básica, con enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, y con un diseño no experimental. Muestra: comprendida por 278 estudiantes. Instrumentos: para el recojo de la información usaron el (ERQ) cuestionario de regulación de emociones de Gross y Thompson adaptada en el año 2020 por Cumpa y la escala de resiliencia adaptada en el 2020 por Roque, ambos instrumentos

cumplieron con las propiedades psicométricas de confiabilidad y validez en el contexto local y nacional. Resultados: mediante el uso de la prueba no paramétrica Chi cuadrado de ($<.001$) arrojó resultados de una correlación significativa y directa entre ambas variables. Conclusión: los estudiantes al saber gestionar de manera apropiada las emociones afrontarían con mayor eficacia las situaciones adversas favoreciendo así el bienestar integral.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. RESILIENCIA

El concepto de resiliencia ha sido entendido de diferentes formas tal es así, que Grotberg (1995) define la resiliencia como una habilidad común en individuos, grupos y comunidades, cuya finalidad es prevenir y reducir los efectos negativos en situaciones adversas.

Saavedra & Villalta (2008) afirman que la resiliencia puede inducir cambios o fortalecer a quienes enfrentan adversidades, manifestándose en comportamientos adaptativos que facilitan un desarrollo normal o incluso impulsan un crecimiento superior al nivel actual de funcionamiento.

FACTORES DE RESILIENCIA

a. FACTORES PROTECTORES

Miranda & Quispe (2021) al citar a Medina (2015) sostienen que la interacción de los factores biológicos y psicológicos fortalecen la capacidad del ser humano para resistir o sobreponerse a una situación en crisis. Estos elementos ayudan a generar el bienestar emocional mediante el fortalecimiento de la autoestima y de la eficiencia de las relaciones interpersonales brindando seguridad, apoyo y oportunidades como son la seguridad y las oportunidades de redes de apoyo tanto parentales, familiares y ambientales (p.125).

Kotliarenco & Dueñas (1994) menciona como factores protectores personales a un mayor CI verbal y matemático, con capacidad para la resolución de problemas de la vida, que presenten humor positivo, patrones ciclos regulares de sueño y alimentación, mayor empatía, autoestima, motivación de logro, sentimiento de autosuficiencia, autonomía e independencia, menor tendencia a sentimientos de desesperanza y al fatalismo en situaciones difíciles y a la evitación de los problemas. Como parte de los factores protectores del entorno familiar tenemos: ambiente cálido, presencia de la madre o sustituta protectora, comunicación abierta al interior de la familia, normas claras y coherentes, padres estimuladores, buenas relaciones con los padres, pautas de crianza.

Estos funcionan tomando en cuenta tres modelos de actuación que son: el desafío, lo compensatorio y la inmunización. Estos no son excluyentes entre sí y pueden actuar conjuntamente o bien manifestarse en distintas etapas del desarrollo. En el modelo del desafío el estrés es visualizado como un estímulo para actuar con mayor competencia. Desde el compensatorio, se establece que los estímulos estresores y las variables personales actúan como un factor predictor del comportamiento de las personas. En ese sentido, este modelo funciona como protector del impacto del estrés que puede ser reducido por los recursos personales o por el apoyo social. En la inmunidad existe una relación condicional entre estresores y factores protectores, en la que éstos últimos modulan el impacto estresor, aun cuando éste no está presente.

Para Rutter (1990) la protección no radica en los fenómenos psicológicos del momento, sino en la manera como las personas enfrentan los cambios de la vida y lo que hacen al respecto a esas circunstancias estresantes o desventajosas.

b. FACTORES DE RIESGO

De acuerdo con Medina (2015) opina que ciertos sucesos vinculados a la vulnerabilidad generan un incremento en las repercusiones negativas de la salud en general de las personas. Las condiciones internas o externas aumentan la posibilidad de fenómenos perjudiciales en el bienestar de las personas.

Según Medina (2015) al citar a Kotliarenco, Cáceres & Álvarez, (1996) analizan el concepto de riesgo y se enfocan en situaciones que generan vulnerabilidad al individuo entre las que destacan por el impacto en pobreza, migraciones familiares, consumo de sustancias psicoactivas, alteraciones psiquiátricas, bajo autoconcepto, conducta delictiva. Dichos aspectos incrementan la posibilidad de deserción escolar y fracaso académico (p.25).

CLASIFICACIÓN

a. RESILIENCIA INDIVIDUAL

De acuerdo con Dyer & McGuinness (1996) sostienen que las personas se sobreponen a lo adverso logrando no solo recuperarse sino también seguir adelante con su proyecto de vida de manera efectiva.

b. RESILIENCIA FAMILIAR

Murphy & Smith (2005) opina que se trata de la resistencia familiar para afrontar con éxito los obstáculos optimizando los recursos y fortaleciendo los vínculos de mutua confianza.

c. RESILIENCIA COMUNITARIA

Según Medina (2015) es la facultad de la comunidad para lograr acciones significativas y eficaces para resolver problemáticas comunes. El autor no solo hace hincapié en resolver el impacto de un problema, sino también en realizar un diagnóstico situacional, intervenir de manera estratégica y que el grupo pueda salir adelante.

Así mismo, Kotliarenco, Cáceres y Álvarez (1996) opina que la autoestima colectiva es considerada un pilar fundamental porque los

habitantes de la localidad desarrollan orgullo, así como características de identidad y bondad por su comunidad.

d. RESILIENCIA PSICOLÓGICA

Medina (2015) al citar a Seligman y Csikszentmihalyi (2000) se centra especialmente en estudiar los recursos personales y aspectos más destacados de los seres humanos. Manejan el enfoque de la psicología positiva destacando sobre todos en factores de alto riesgo que afectan la salud física y mental (p. 27).

e. RESILIENCIA ACÁDEMICA

Es aquella que proporciona una mayor probabilidad de éxito a pesar de las adversidades externas.

FUENTES DE RESILIENCIA

Según Grotberg (1995) señala que para enfrentar las adversidades los niños utilizan tres fuentes de resiliencia: tengo, soy y puedo. Las cuales se mencionan a continuación:

- Tengo: confianza en las personas de mi entorno, quienes me brindan amor incondicional. También hay individuos que establecen límites para ayudarme a entender cuándo es necesario detenerme antes de enfrentar problemas. Además, cuento con modelos a seguir que, a través de su ejemplo, me enseñan cómo hacer las cosas correctamente, y con figuras que desean que aprenda a hacer las cosas por mí mismo. Cuando estoy disponible o en peligro necesito adquirir nuevas habilidades.
- Soy: soy alguien que puede ser querida y apreciada por los demás, que encuentra satisfacción en realizar actos de bondad y preocuparse por los demás. Me respeto a mí mismo y muestro respeto hacia los demás. Estoy dispuesto a asumir la responsabilidad de mis acciones y tengo confianza en que todo saldrá bien.

- Puedo: capacidad para expresar mis miedos o incomodidades a otros, habilidad para encontrar soluciones a los problemas que enfrento, autocontrol cuando siento la tentación de hacer algo incorrecto o peligroso, discernimiento para saber cuándo es adecuado hablar con alguien o tomar medidas, y la capacidad de buscar apoyo cuando lo necesito.

RESILIENCIA DE WOLIN Y WOLIN 1993

Según Wolin & Wolin (1993) se encuentran aquí los fundamentos que se expresan y se desarrollan de acuerdo con las diferentes etapas del crecimiento que incluyen:

- Independencia: La habilidad de establecer fronteras entre uno mismo y las situaciones adversas.
- Habilidad para relacionarse: La habilidad de construir interacciones positivas con otras personas.
- Iniciativa: Es la habilidad para tomar diferentes opciones frente a los obstáculos y procurar el autocontrol.
- Sentido del humor: La capacidad de encontrar aspectos humorísticos en situaciones problemáticas.
- Creatividad: Representa la habilidad de crear sentido y propósito a través del orden y la belleza.
- Moralidad: Implica la conciencia moral, donde el individuo puede comprometerse con valores y distinguir entre lo correcto y lo incorrecto.
- Introspección: Significa ser honesto consigo mismo. Estos pilares, en conjunto, se basan en la capacidad de pensamiento crítico, que lleva al individuo a comprender su entorno social y contribuye a la formación de una identidad que, aunque puede ser inicialmente un obstáculo, con el tiempo puede convertirse en un rasgo distintivo y destacado.

DIMENSIONES DE LA RESILIENCIA

- **Vulnerabilidad.** Se refiere aquellos estresores externos que impactan en el entorno educativo generando estrés psicosocial que incluye dinámicas desde bajo rendimiento hasta situaciones de violencia física y psicológica. Miranda & Quispe (2021)
- **Autoeficacia.** Se refiere aquellos aspectos individuales necesarios que se utilizan para afrontar la adversidad. En el ámbito educativo se considera la toma de decisiones, autoaceptación, capacidad para plantear soluciones y autoconcepto. Miranda & Quispe (2021)

TEORÍA DE LA RESILIENCIA

COGNITIVO

Saavedra (como se citó en Saavedra & Villalta 2008) propone un enfoque innovador en la investigación de casos, sugiriendo que una respuesta resiliente se caracteriza por la implementación de acciones orientadas a objetivos y respaldadas por una perspectiva que facilita la resolución efectiva de problemas. Esta respuesta se manifiesta como un patrón recurrente en la autopercepción, influenciado por componentes afectivos y cognitivos positivos frente a los desafíos. Estos aspectos están estrechamente relacionados con condiciones históricas y estructurales fundamentales indicando que un conjunto de creencias y conexiones sociales arraigadas afecta continuamente la sensación de seguridad y la interpretación de nuestras acciones y sus resultados.

CONDUCTUAL

Este enfoque señala que la conducta resiliente no es estable en el tiempo, ni tampoco lo es a través de los contextos sociales o culturales. Las bases de la resiliencia son tanto constitucionales como ambientales y el grado en que este comportamiento se manifiesta está sujeto a la edad, el contexto y otras variables como el sexo.

PSICOLOGÍA POSITIVA

Noriega, Angulo & Angulo (2015) opinan que la psicología positiva centra su interés en las fortalezas que presentan las personas y en lo bueno que hay en la historia de sus vidas. Desde esta perspectiva Seligman y Csikszentmihalyi mencionan que la resiliencia actúa como un mecanismo de protección que permite a las personas reducir con efectividad los efectos del estrés lo que ocasiona una mejor calidad de vida y con ello el fortalecimiento del bienestar emocional de las personas.

TEORÍA DE LOS RASGOS

Según Allport los seres humanos tenemos dos niveles de funcionamiento: uno que está ligado al proceso de satisfacción de nuestras necesidades biológicas al que Allport denomina funcionamiento oportunista y otro que está vinculado al funcionamiento del ego al que denomina funcionamiento propio (Proprium). Mencionamos a continuación la diferencia de estas dos tendencias de la personalidad:

- El funcionamiento oportunista: es la tendencia a la supervivencia biológica a través de la satisfacción de necesidades primarias.
- Funcionamiento propio: está al servicio del desarrollo superior del individuo, lo impulsa hacia el futuro, incluye los aspectos que son más esenciales para una persona y está ligado por ello al sentido de la vida.

La resiliencia viene a ser el resultado de la interacción entre la persona y el medio ambiente. Es importante notar como la edad, el desarrollo del sistema nervioso, la predisposición genética, el entorno social y cultural actúa como diferencias individuales de como las personas puedan responder frente a la adversidad. Por lo tanto, promover la resiliencia ayuda a mejorar la calidad de vida de las personas.

2.2.2. HABILIDADES SOCIALES

ORIGEN

Cuenta Quicios (2024) que las primeras etapas de la historia humana, la supervivencia estaba intrínsecamente ligada a la capacidad de formar tribus cohesionadas. Las habilidades sociales eran esenciales para establecer la confianza, la cooperación y la comunicación efectiva dentro del grupo. Por ejemplo, imaginemos a un grupo de neandertales coordinándose para cazar grandes presas. Las habilidades sociales eran vitales para compartir conocimientos sobre rutas de migración de animales, organizarse en la emboscada y garantizar la seguridad de sus miembros durante la caza.

Además, Quicios (2024) comenta que, durante la Edad Media, la estructura feudal requería intrincadas habilidades sociales. La jerarquía social, la lealtad de los señores y las interacciones en las cortes eran aspectos en los cuales las habilidades sociales desempeñaban un papel clave y determinaban la posición y el éxito de un individuo.

En el Renacimiento, el auge de las ciudades y el comercio marcó una transición significativa. Las habilidades sociales se volvieron fundamentales en la esfera cultural y económica. Por ejemplo, las ciudades italianas como Florencia experimentaron un apogeo cultural y económico gracias a familias muy influyentes, como la de los Médici. Su capacidad para patrocinar artistas, negociar acuerdos comerciales y participar en la escena política marcó una transición durante la cual las habilidades sociales se volvieron cruciales en la esfera cultural y económica. Quicios (2024)

Más adelante, la Revolución Industrial, que abarcó aproximadamente desde finales del siglo XVIII hasta mediados del siglo XIX, produjo una transformación radical en la producción y el trabajo al pasar de métodos artesanales a procesos mecanizados. Este periodo marcó la transición de una economía agraria a otra impulsada por la industria. Con ella surgió la necesidad de nuevas habilidades sociales en el ámbito laboral, donde quedó patente la importancia de la

colaboración y la comunicación con la formación de gremios, la negociación con los patrones, la solidaridad entre trabajadores y la coordinación en las protestas que abogaban por condiciones laborales justas en un momento de transformación industrial y cambio social. Quicios (2024)

En la era moderna, las habilidades sociales han influido en la política, los negocios y las relaciones internacionales. La diplomacia, la negociación y las habilidades sociales resultaron capitales en eventos cruciales. Quicios (2024)

DEFINICIONES

Serrano & Peñafiel (2010) ambos autores opinan que son capacidades afines a diferentes formas de comportamientos sociales.

Gil (2020) define como la capacidad de expresar opiniones, deseos y emociones sin menoscabar los propios sentimientos ni los de los demás, esta capacidad también incluye la construcción de una madurez sólida para recibir críticas y ofensas sin llegar a la frustración y al a agresión física y psicológica.

Quicios (2024) opina que las habilidades sociales son un puente que conecta nuestras vidas. Nos ofrecen la posibilidad de forjar nuestras relaciones, de facilitar la comprensión mutua y la colaboración entre las personas. (p. 9). Las habilidades sociales no son patrones rígidos, sino es un conjunto de normas flexibles que se moldean según el contexto y las personas involucradas, esto significa que no existe una única forma correcta de interactuar en todas las situaciones sociales, ya que cada interacción puede ser única en función de diversos factores, como el entorno, las personalidades y los objetivos (p. 9).

CARACTERÍSTICAS DE HABILIDADES SOCIALES

Son determinadas por cada cultura: Las personas viven en sociedades donde deben cumplir con normas, reglamentos y principios éticos para mantener un comportamiento adecuado que se ajuste al contexto cultural y social (Obregón, 2018).

Universales: El manejo eficaz de las habilidades sociales es aplicable a diversas situaciones, permitiendo a las personas enfrentar los desafíos cotidianos y sociales (Obregón, 2018).

Las habilidades sociales no son exclusivas: Las habilidades sociales no están limitadas a un ámbito, situación o estado de salud específico, aunque ciertas actitudes pueden ser más prominentes en algunos entornos. Los comportamientos son complejos, y la práctica es el lazo principal que une las diversas habilidades sociales (Obregón, 2018).

Concomitancia de habilidades sociales: Las habilidades sociales están interrelacionadas mediante nociones paralelas; es necesario ser asertivo, mantener la autoestima y controlar las emociones, considerando los procesos cognitivos que influyen en nuestros valores, percepción, análisis y apreciación del entorno, lo que impacta cómo nos comunicamos e interactuamos (Obregón, 2018).

IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Es importante por las siguientes razones:

Cumple una función específica en las interacciones y conexiones que formamos con amigos, familiares, colegas y otras personas.

Ayuda a desarrollar una comunicación efectiva porque se crea así una base sólida para que se den las relaciones, esencial para cualquier interacción significativa.

Genera una empatía que permite alcanzar y reconocer a las emociones de los demás.

Desarrolla las habilidades de conversación que funciona como un puente que une diferentes áreas. Si esta capacidad falta, las condiciones se rompen y se pierde cohesión.

Favorece la resolución de conflictos que ayuda a resolver problemas y a mantener el flujo armónico del conjunto.

Fomenta asertividad que funciona como un punto que atrae nuestra atención. Esta característica añade vitalidad y nos permite expresar nuestras necesidades de manera saludable.

Permite la adaptación social que desempeña el papel de un eslabón flexible que se adapta a diferentes situaciones.

CLASES DE HABILIDADES SOCIALES

Según Serrano & Peñafiel (2010) plantean que las habilidades sociales pueden dividirse en tres categorías según el tipo de destreza que se desarrolle:

- A. Cognitivas: Estas habilidades están relacionadas con aspectos psicológicos y el pensamiento, e incluyen la capacidad de identificar necesidades, preferencias, gustos y deseos tanto propios como ajenos; discriminar entre conductas socialmente aceptables; resolver problemas utilizando un enfoque alternativo, consecuencial y relacional; autorregularse mediante el autoreforzamiento y el autocastigo; y reconocer las emociones en uno mismo y en los demás.
- B. Emocionales: Es categoría implica la expresión de diversas emociones primarias y secundarias y cada una de ellas están íntimamente relacionados.
- C. Instrumentales: Estas habilidades están relacionadas con acciones prácticas y concretas estrechamente vinculadas con el actuar.

DIMENSIONES DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Goldstein et al. (1980) clasifican las habilidades sociales en diferentes tipos según las capacidades específicas que abarcan:

- Habilidades sociales básicas: Incluyen capacidades esenciales como iniciar y mantener conversaciones, prestar atención y responder de forma adecuada en interacciones sociales.

- Habilidades sociales avanzadas: Comprenden comportamientos como la capacidad de formular disculpas, pedir ayuda y brindar reconocimiento o apoyo externo.
- Habilidades sociales relacionadas a los sentimientos: Implican la habilidad de expresar emociones, empatizar y regular los estados emocionales.
- Habilidades alternativas a la agresión: Incluyen estrategias para evadir conflictos, actuar con asertividad y manejar emociones como la ira de manera constructiva.
- Habilidades para manejar el estrés: Comprenden técnicas para tolerar la frustración, manejar el fracaso y mantener la calma en situaciones difíciles.
- Habilidades de planificación: Implica establecer metas, organizar actividades y cumplir con los objetivos trazados de manera efectiva.

TEORÍAS DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Teoría del aprendizaje social de Albert Bandura. Según Bandura (1982) las personas adquieren conocimientos observando y emulando a los demás. Los individuos observan a sus pares y forman percepciones naturales sobre sus acciones y sus consecuencias. Los modelos en el entorno influyen en cómo las personas integran esos comportamientos en su propio repertorio. El aprendizaje ocurre cuando un individuo (el aprendiz) observa el comportamiento de otro (el modelo) y sus consecuencias, como recompensas o castigos. Para que el aprendizaje sea efectivo, se deben cumplir varias condiciones: el aprendiz debe seguir el patrón de conducta mientras se desarrolla, percibir con precisión la conducta del modelo, recordar esa conducta, y tener las habilidades necesarias para ejecutarla. Además, el aprendiz debe observar que el modelo recibe recompensas por su comportamiento.

Teoría de las Habilidades Sociales de Goldstein. Para Goldstein (1989) las habilidades sociales son competencias y comportamientos

específicos que ayudan a las personas a relacionarse de manera efectiva con los demás. Estas habilidades van más allá de simples comportamientos, involucran procesos cognitivos, emocionales y conductuales complejos. Sostiene que no necesariamente son innatas se pueden adquirir a través de la práctica. Esto implica que las personas pueden aprender a interactuar efectivamente con los demás mediante el ensayo y la repetición de comportamientos adecuados. Este enfoque promueve programas de entrenamiento que incorporen actividades estructuradas, como simulaciones, role-playing y ejercicios grupales. Estas actividades permiten a los individuos experimentar diferentes situaciones sociales en un entorno seguro, facilitando el aprendizaje de nuevas habilidades. La teoría también reconoce que el contexto social y cultural también participa en la adquisición de estas habilidades, sugiriendo que el contexto cultural y las dinámicas interpersonales juegan un papel importante en cómo se aprenden y aplican las habilidades sociales.

ETAPA DE LA JUVENTUD (20-25 años)

En esta etapa se considera aquellos individuos que son más objetivos e independientes que los adolescentes, pero que no alcanzan la madurez del adulto. De esta forma, se entiende que la etapa de la juventud vendría a ser una etapa de transición de la adolescencia hacia la edad adulta.

A. Desarrollo físico y motor

En contraste con el rápido crecimiento y desarrollo que ocurre en la adolescencia, en la juventud existe mayor armonización corporal.

B. Desarrollo cognitivo

En la juventud se consolidan los logros cognitivos y por ello se considera esta etapa como mejor etapa para el aprendizaje intelectual. En el mejor de los casos los jóvenes están en un proceso de formación profesional, lo que implica la adquisición de conocimientos especializados y de habilidades profesionales, de cara a su futura inserción en el mundo laboral.

C. Desarrollo afectivo

Es la etapa de mayor equilibrio emocional, esto conlleva efectuar evaluaciones críticas más objetivas y con mayor grado de racionalidad. Las relaciones de pareja tienden a ser más estables y duraderas al estar basadas más en las características de la personalidad que en la atracción física. La preocupación por el futuro se ha convertido ahora en un plan de vida que incluye metas profesionales más claras y otros ligados al futuro familiar, laboral, y estilo de vida, un aspecto central en el ámbito motivacional es el desarrollo de la necesidad del sentido de la vida.

D. Desarrollo social

En la juventud se consolidan los ideales morales y las formulaciones ideológicas de los jóvenes, adquieren mayor autonomía y las proyectan a su realidad social con un sentido crítico; asimismo suelen desarrollar una confianza, a veces excesiva, en el poder de las ideas. Estas características se traducen en acciones concretas y congruentes con su manera de pensar.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

RESILIENCIA: Saavedra & Villalta (2008) afirman que la resiliencia puede inducir cambios o fortalecer a quienes enfrentan adversidades, manifestándose en comportamientos adaptativos que facilitan un desarrollo normal o incluso impulsan un crecimiento superior al nivel actual de funcionamiento.

DIMENSIONES DE LA RESILIENCIA

Vulnerabilidad. Se refiere aquellos estresores externos que impactan en el entorno educativo generando estrés psicosocial que incluye dinámicas desde bajo rendimiento hasta situaciones de violencia física y psicológica. Miranda & Quispe (2021)

Autoeficacia. Se refiere aquellos aspectos individuales necesarios que se utilizan para afrontar la adversidad. En el ámbito educativo se considera la toma de decisiones, capacidad para plantear soluciones y autoconcepto. Miranda & Quispe (2021)

HABILIDADES SOCIALES: Lazo (2018) opina que es una facultad para establecer relaciones adecuadas permitiendo resolver los conflictos personales y de su contexto asegurando un principio de respeto sin causar daño (p. 46).

DIMENSIONES DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Primeras habilidades sociales: incluye capacidades esenciales como iniciar una conversación, prestar atención y responder de forma adecuada en interacciones sociales.

Habilidades sociales avanzadas: comprende comportamientos como la capacidad de formular disculpas, pedir ayuda y brindar reconocimiento y apoyo externo.

Habilidades sociales para manejar los sentimientos: implica la habilidad de expresar emociones, empatizar y regular los estados emocionales.

Habilidades alternativas a la agresión: incluye estrategias para evadir conflictos, actuar con asertividad y manejar emociones como la ira de manera constructiva.

Habilidades para manejar al estrés: comprende técnicas para tolerar la frustración, manejar el fracaso y mantener la calma en situaciones difíciles.

Habilidades de planificación: implica establecer metas, organizar actividades y cumplir con los objetivos trazados de manera efectiva.

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. GENERAL

(Ha): Existe relación entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho): No existe relación entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

2.4.2. ESPECÍFICAS

(Ha₁): Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho₁): No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ha₂): Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho₂): No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ha₃): Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho₃): No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ha₄): Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho4): No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ha5): Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho5): No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ha6): Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

(Ho6): No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la Universidad de Huánuco 2025.

2.5. VARIABLES

2.5.1. Variable 1: Resiliencia

Dimensiones: * Vulnerabilidad
* Autoeficacia

2.5.2. Variable 2: Habilidades Sociales

Dimensiones: *Primeras habilidades sociales
*Habilidades sociales avanzadas
*Habilidades sociales para manejar los sentimientos
*Habilidades alternativas a la agresión
*Habilidades para manejar al estrés
*Habilidades de planificación

2.6. TABLA DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Tabla 1

Operacionalización de la variable resiliencia

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTOS
Resiliencia	Saavedra & Villalta (2008) afirman que la resiliencia puede inducir cambios o fortalecer a quienes enfrentan adversidades, manifestándose en comportamientos adaptativos que facilitan un desarrollo normal o incluso impulsan un crecimiento superior al nivel actual de funcionamiento.	La resiliencia será expresada a través de las respuestas de la escala.	Vulnerabilidad	Área Académica: ansiedad, bajas calificaciones y otros retos dentro del entorno educativo.	5, 18, 34, 33	Escala de resiliencia para alumnos universitarios (Resfor) adaptado por Miranda & Quispe (2021)
				Área social: la pobreza, problemas de salud y la presencia de violencia física o psicológica.	2, 6, 9, 10, 15, 19, 20, 27	
			Autoeficacia	Área académica: capacidad de esforzarse, alcanzar objetivos, el desarrollo de pensamientos lógicos y la generación de nuevas soluciones ante problemas.	11, 12, 14, 17, 21, 22, 23, 25, 26, 28	ESCALA DE MEDICIÓN Ordinal
				Área Social: aceptación de sí mismo, poseer una visión optimista de la vida y del mundo y la capacidad de fortalecerse ante situaciones de riesgo.	1, 3, 4, 7, 8, 13, 16, 24, 29, 30, 31, 32	Bajo Medio Alto

Tabla 2

Operacionalización de la variable habilidades sociales

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTOS
Habilidades sociales	Peñañiel & Serrano (2010) Definen las habilidades sociales como competencias vinculadas a diversas formas de comportamiento social	Las habilidades sociales serán expresadas mediante las respuestas de la lista de chequeo.	Básicas Avanzadas. Relacionadas con los sentimientos. Alternativas a la agresión. Para hacer frente al estrés. Planificación.	Escuchar, iniciar y mantener una conversación, hacer preguntas, dar gracias, presentarse, presentar a otras y hacer cumplido. Pedir ayuda, participar, dar y seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás. Conocer y comprender mis sentimientos y el de los demás, expresar los sentimientos y afectos, resolver el miedo y auto recompensarse. Pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, saber negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas. Formular y responder una queja, demostrar deportividad después del juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejen a un lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones de grupos. Tomar decisiones, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia.	Del 01 al 9 Del 10 al 14 Del 15 al 21 Del 22 al 30 Del 31 al 42 Del 43 al 50	Lista de chequeo de habilidades sociales (Arnold Goldstein,1978). Adaptación: Miranda & Quispe (2021) ESCALA DE MEDICION Ordinal Bajo Medio Alto

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO

Según Fonseca (2021) es de investigación básica, porque busca comprender un fenómeno con el objetivo de generar conocimiento general. No se pretende resolver un problema específico, sino obtener información relevante sobre ambas variables.

3.2. ENFOQUE

Según Hernández & Mendoza (2018) el presente estudio forma parte de un modelo cuantitativo porque se fundamenta en la relación de los datos numéricos de la aplicación de las dos variables y luego se realizará mediante procedimientos estadísticos para dar respuesta al objetivo planteado.

3.3. NIVEL

Bajo un nivel correlacional el presente estudio mide primero la variable resiliencia y habilidades sociales de manera independiente en una muestra seleccionada de estudiantes tal como lo explica Fernández & Baptista (2014) el propósito de los estudios correlacionales primero es medir cada una de las variables para posteriormente establecer la asociación mutua entre dos o más variables (p.93).

3.4. DISEÑO

Esta investigación tiene un diseño no experimental, porque no se ha modificado de manera experimental ninguna de las variables. Tal como lo menciona Hernández & Mendoza (2018) el estudio se lleva a cabo sin manipular intencionalmente las variables. Además, el estudio se caracteriza por tener un corte transversal correlacional lo que implica que se recolectan y analizan datos en un único momento con el objetivo de describir las variables

y luego examinar su incidencia e interrelación en ese punto específico en el tiempo (Hernández-Sampieri, 2019).

Esquema:



Donde:

X: Variable 1: Resiliencia

Y: Variable 2: Habilidades sociales

r: Correlación entre las variables de estudio

3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.5.1. POBLACIÓN

Según Fonseca (2021) la población se define como el universo total de sujetos u objetos que sean de interés para el investigador y que poseen unidades medibles susceptibles de ser estudiada. La población de este estudio está conformada por los estudiantes de psicología de la Universidad de Huánuco.

Tabla 3

Población de estudiantes

Población	f	%
Estudiantes del programa de psicología	1278	100%

Fuente: Matriculados del programa académico de psicología 2025

3.5.2. MUESTRA

Hernández-Sampieri (2019) define que es un subconjunto que tiene carácter proporcional y representativo de un universo. Que se selecciona con la finalidad de recolectar información precisa y relevante para dar

respuesta a los objetivos e hipótesis del estudio de manera efectiva. La muestra de este estudio son 297 estudiantes con un margen de error del 5%.

Tabla 4

Muestra de estudiantes

Población	f	%
Estudiantes del programa de psicología	297	100%

Fuente: Matriculados del programa académico de psicología 2025

3.5.3. TIPO DE MUESTREO

El estudio emplea un muestreo no probabilístico por conveniencia es aquel con el cual se seleccionan con libertad las unidades muestrales de acuerdo con la accesibilidad del investigador (Ortiz, 2003).

Criterios de inclusión:

- Participarán en el estudio aquellos estudiantes que estén oficialmente matriculados durante el año 2025.
- Sólo se considerarán para el estudio los estudiantes que hayan firmado el consentimiento informado, aceptando voluntariamente participar en la investigación.
- Los estudiantes que estén dispuestos a completar los cuestionarios y participar de manera voluntaria en las evaluaciones.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no completen los cuestionarios, no participen en las evaluaciones, o abandonen el estudio antes de su finalización serán excluidos del análisis final.
- Aquellos estudiantes que presenten condiciones psicológicas detectadas que puedan interferir significativamente con la medición de la resiliencia o habilidades sociales, según criterios del equipo investigador, serán excluidos para evitar sesgos en los resultados.

- Se excluirán estudiantes que hayan participado en estudios similares sobre resiliencia o habilidades sociales en los últimos 6 meses, para evitar la influencia de experiencias previas en los resultados actuales.
- Se excluirán aquellos estudiantes que manifiesten no tener el tiempo necesario para completar las evaluaciones dentro del plazo establecido por la investigación.

3.6. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.6.1. TÉCNICAS

Se emplea la psicometría como técnica de recolección de datos. Según Fonseca (2021), esta técnica es comúnmente utilizada en psicología para medir fenómenos psíquicos mediante escalas y cuestionarios estandarizados. Gracias a la psicometría, es posible cuantificar aspectos como la resiliencia y las habilidades sociales, lo que permite obtener datos precisos y objetivos esenciales para el análisis de estas variables en estudiantes universitarios.

Tabla 5

Técnicas e instrumentos

TECNICAS	INSTRUMENTOS
Psicometría	Escala de resiliencia para alumnos universitarios (Resfor) adaptado por Miranda & Quispe (2021). Lista de chequeo de habilidades sociales de A. Goldstein, (1978) adaptado por Miranda & Quispe (2021).

Fuente: Resultados del programa de SPSS 26

3.6.2. INSTRUMENTOS

INSTRUMENTO PARA MEDIR LA VARIABLE RESILIENCIA ESCALA DE RESILIENCIA PARA ALUMNOS UNIVERSITARIOS (RESFOR)

	FICHA TÉCNICA
Nombre original	Escala de resiliencia de SV-RES
Autor original	Medina y Fabián (2016)
Adaptado por	Rosario Miranda Quispe Yuliza Quispe rivera
Año	2021
Administración	Individual y Grupal
Formas	Completa y Abreviada
Tiempo	No hay límite de tiempo. Aprox. 8 a 10 minutos
Población	Jóvenes y adultos
Muestra	409 estudiantes de un instituto de Huancayo
Composición	Tiene 2 dimensiones
Dimensiones	Vulnerabilidad y autoeficacia

La escala puede aplicarse en población de jóvenes y adultos pudiéndose administrar de forma individual o colectiva. La aplicación del instrumento busca evaluar y conocer los niveles de resiliencia en la muestra de estudiantes seleccionados. Además, se puede usar en el área clínico, educativo, y en la investigación. Está compuesta por 34 preguntas (21 directas, 13 indirectas) distribuidos en 2 dimensiones: vulnerabilidad y autoeficacia.

DESCRIPCIÓN DE LAS DIMENSIONES DE LA ESCALA DE RESILIENCIA

Vulnerabilidad. Se refiere aquellos estresores externos que impactan en el entorno educativo generando estrés psicosocial que incluye dinámicas desde bajo rendimiento hasta situaciones de violencia física y psicológica. Miranda & Quispe (2021).

Autoeficacia. Se refiere aquellos aspectos individuales necesarios que se utilizan para afrontar la adversidad. En el ámbito educativo se considera la toma de decisiones, autoaceptación, capacidad para plantear soluciones y autoconcepto. Miranda & Quispe (2021)

NORMAS PARA LA CORRECCIÓN

La obtención de los resultados se realiza mediante la sumatoria de los puntajes respectivos según cada dimensión. Para ello se usará un modelo de respuesta de tipo Likert puntuadas del 1 a 5 puntos. Cuyos rangos de respuesta son: siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), casi nunca (2) y nunca (1).

ADAPTACIÓN DE LA ESCALA DE RESILIENCIA

Tomando en cuenta la validación por juicio de expertos realizado por Miranda & Quispe (2021) obtuvieron que 31 de 34 ítems tienen 0.99 validez de contenido considerándose altamente válidos, mientras los tres restantes alcanzaron un valor de 0.66 considerándose dentro del rango aceptable.

Para la consistencia interna utilizaron el Alfa de Cronbach y se determinó que la consistencia interna de los ítems fue de 0,835 lo que significa que tiene un nivel de confiabilidad óptima.

En la actual investigación no se procedió a realizar juicio de expertos porque la escala fue validada en el año 2021 por Miranda & Quispe, pero, sí se calculó la validez y confiabilidad de la escala para confirmar que es un instrumento válido y confiable para la presente muestra seleccionada. Con respecto a la validez se realizó el análisis factorial exploratorio mostrando indicadores muy favorables para su aplicación. El valor KMO obtenido fue de 0.983, lo cual supera ampliamente el criterio mínimo aceptable de 0.70, indicando que la muestra es excelente para realizar el análisis factorial. Por otro lado, la prueba de esfericidad de Bartlett alcanzó niveles altamente significativos ($\chi^2 = 8099$, $gl = 561$, $p < 0.001$), lo que confirma que las correlaciones entre los ítems son suficientemente altas.

Para la confiabilidad de la escala se usó el Alfa de Cronbach obteniéndose un valor de 0.944 con una media de 2.24 (DE = 0.567), compuesta por 12 ítems que representan el 35% del instrumento. Por su parte, la dimensión Autoeficacia mostró un alfa de 0.969 con una media

de 2.23 (DE = 0.570), conformada por 22 ítems que constituyen el 65% de la escala. El instrumento en su totalidad presenta un alfa de Cronbach de 0.979, lo cual indica una consistencia interna excepcional para los 34 ítems que lo componen.

CALIFICACIÓN DE LA ESCALA

Tabla 6

Calificación de la escala de resiliencia

Nivel	Rango	Percentil
Alto	89 – 170	≥ Percentil 75
Medio	63 – 88	Percentil 25 – 74
Bajo	≤ 62	≤ Percentil 24

Fuente: Resultados del SPSS 26

INSTRUMENTO PARA MEDIR LA VARIABLE HABILIDADES SOCIALES

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

	FICHA TÉCNICA
Nombre Original	Lista de habilidades sociales de Goldstein
Autor	Lazo (2018)
Adaptado por	Rosario Miranda Quispe Yuliza Quispe rivera
Año	2021
Administración	Individual y Grupal
Formas	Completa y Abreviada
Tiempo	Aprox. 20 minutos
Población	Jóvenes y adultos
Muestra	409 estudiantes
Dimensiones	Habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés, habilidades de planificación.

Es un instrumento de aplicación sencillo y rápido. La finalidad es medir el repertorio de competencias sociales en una población de estudiantes a partir de los 12 años para adelante. Está compuesta de 50 ítems.

DESCRIPCIÓN DE LAS DIMENSIONES

Primeras habilidades sociales: incluye capacidades esenciales como iniciar una conversación, prestar atención y responder de forma adecuada en interacciones sociales.

Habilidades sociales avanzadas: comprende comportamientos como la capacidad de formular disculpas, pedir ayuda y brindar reconocimiento y apoyo externo.

Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos: implica la habilidad de expresar emociones, empatizar y regular los estados emocionales.

Habilidades alternativas a la agresión: incluye estrategias para evadir conflictos, actuar con asertividad y manejar emociones como la ira de manera constructiva.

Habilidades para hacer frente al estrés: comprende técnicas para tolerar la frustración, manejar el fracaso y mantener la calma en situaciones difíciles.

Habilidades de planificación: implica establecer metas, organizar actividades y cumplir con los objetivos trazados de manera efectiva.

ADAPTACIÓN DE LA LISTA DE CHEQUEO

Según la validación por juicio de expertos realizado por Miranda & Quispe (2021) se determinó que 44 de 50 ítems tienen 0.99 validez de contenido considerándose que presentan una validez sólida, mientras que los tres restantes alcanzaron un valor de 0.66 calificados dentro de los rangos aceptables.

Para la consistencia interna usaron el Alpha de Cronbach cuyo valor fue de 0,92. Garantizando de este modo que los ítems son pertinentes y adecuados para la población en estudio.

En la actual investigación no se procedió a realizar juicio de expertos porque la lista de chequeo fue validada en el año 2021 por Miranda & Quispe, pero sí se calculó los rangos de validez y confiabilidad de la escala para confirmar que es un instrumento válido y confiable para la presente muestra seleccionada. Con respecto a la validez se realizó un análisis factorial exploratorio de las habilidades sociales mostrando del análisis resultados satisfactorios. El índice KMO fue de 0.935, valor que se considera excelente para proceder con el análisis factorial. Para calcular la prueba de esfericidad de Bartlett resultó estadísticamente significativa ($\chi^2 = 8090$, $gl = 1225$, $p < 0.001$), confirmando la adecuación de la matriz de correlaciones para el análisis factorial. Para la confiabilidad las primeras habilidades sociales presentan un Alfa de Cronbach de 0.879 ($M = 2.97$, $DE = 0.727$), las habilidades para manejo de estrés muestran la mayor confiabilidad con $\alpha = 0.886$ ($M = 2.95$, $DE = 0.70$), mientras que las habilidades sociales avanzadas presentan el valor más bajo, pero aún aceptable de $\alpha = 0.778$ ($M = 2.95$, $DE = 0.741$). La escala total muestra una muy excelente consistencia interna cuyo valor es de 0.963 para los 50 ítems, con una media general de 2.96 ($DE = 0.614$), lo que indica una alta consistencia interna del instrumento.

NORMAS DE CORRECCION

Tabla 7

Calificación de la lista de chequeo

<i>Nivel</i>	<i>Rango</i>	<i>Percentil</i>
Alto	166 – 250	$\geq$ Percentil 75
Medio	126 – 165	Percentil 25 – 74
Bajo	≤ 125	$\leq$ Percentil 24

Fuente: Resultados del SPSS 26

3.7. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

3.7.1. PLAN DE TABULACION: se iniciará con la obtención del permiso correspondiente a la oficina de coordinación de la Universidad. Posteriormente, se solicitará el consentimiento informado de los

estudiantes del programa de Psicología que formen parte de la muestra. Una vez obtenido el consentimiento, se procederá a aplicar la escala y la lista de chequeo a la muestra seleccionada y finalmente, se realizará el procesamiento de las unidades de análisis recolectados.

3.7.2. PRUEBAS ESTADÍSTICAS: El procesamiento de los datos de la investigación se llevará a cabo utilizando dos programas estadísticos: Microsoft Excel y la versión más reciente de SPSS. Se realizarán dos tipos de análisis: **Análisis Descriptivo:** Este análisis incluirá la obtención de frecuencias y porcentajes de los datos recopilados. Dichos hallazgos serán sintetizados en tablas y gráficos, lo que facilitará su interpretación y comprensión de la muestra estudiada. **Análisis Inferencial:** Este análisis seguirá un procedimiento específico que incluye:

1. Se realizará una prueba de normalidad con la finalidad de establecer la distribución de los datos recopilados.
2. Posteriormente, se procederá a contrastar las hipótesis formuladas en la investigación, utilizando las pruebas estadísticas adecuadas según la naturaleza de los datos.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

ANÁLISIS DESCRIPTIVO DE LA VARIABLE RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES

En la presente investigación, la interpretación de los puntajes obtenidos en las pruebas de resiliencia y habilidades sociales se realizó mediante un baremo previamente establecido, el cual permite clasificar los resultados en tres niveles: alto, medio y bajo.

Este baremo se construyó considerando los rangos de puntajes totales posibles y su correspondencia con percentiles de manera que:

Tabla 8

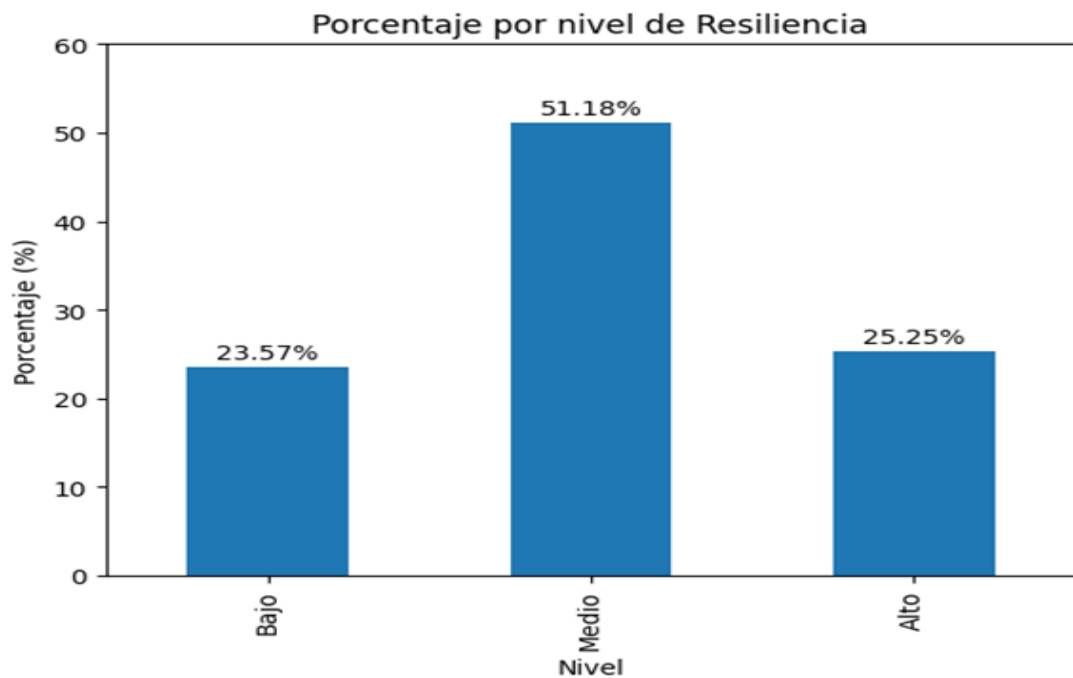
Distribución del nivel predominante de resiliencia

<i>Nivel</i>	<i>ni</i>	<i>Resiliencia_%</i>
<i>Alto</i>	<i>75</i>	<i>25.25</i>
<i>Medio</i>	<i>152</i>	<i>51.18</i>
<i>Bajo</i>	<i>70</i>	<i>23.57</i>

Nota: Escala de resiliencia para alumnos universitarios (RESFOR) (Anexo 02)

Figura 1

Niveles predominantes de resiliencia



Interpretación: El procesamiento de los datos recolectados pone en evidencia que el 51.18% de los participantes alcanzaron un nivel medio de resiliencia, mientras que un 25.25% presenta un nivel alto y que el 23.57% de los estudiantes presentan un nivel bajo de resiliencia. Estos hallazgos sugieren que en gran medida los estudiantes presentan estrategias para afrontar y superar situaciones adversas frente a entornos sociales lo cual refleja la habilidad de poder recuperarse y adaptarse frente a la adversidad. Aproximadamente un tercio de los estudiantes evaluados carecen de esta importante capacidad lo que representa un factor de riesgo, pues una resiliencia débil podría comprometer el normal desenvolviendo del estudiante, en el área social y académico, porque no cuenta con las estrategias adecuadas para afrontar y superar obstáculos.

Tabla 9

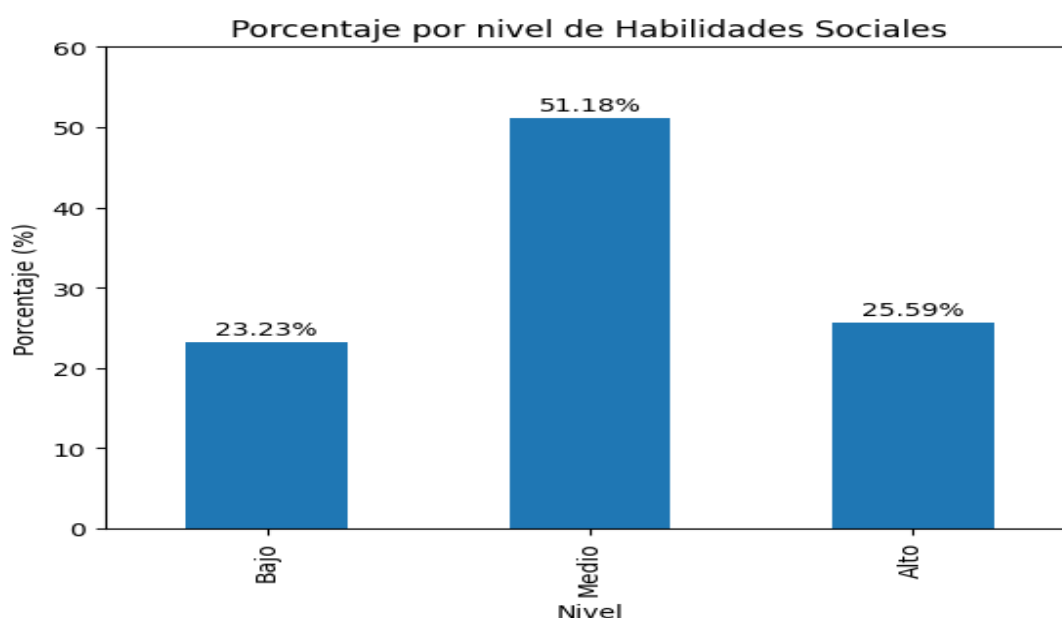
Distribución del nivel predominante de habilidades sociales

Nivel	ni	Habilidades_ %
Alto	69	25.59
Medio	152	51.18
Bajo	69	23.23

Nota: Lista de chequeo de habilidades sociales (Anexo 02)

Figura 2

Niveles predominantes de habilidades sociales



Interpretación: El procesamiento de los datos recopilados pone en evidencia un hallazgo significativo de un 51.18% de los estudiantes alcanzaron un nivel medio de habilidades sociales, mientras que un 25.59% presenta un nivel alto y finalmente el 23.23% de los estudiantes se reportó un bajo nivel. Estos hallazgos sugieren que un gran porcentaje de los estudiantes presentan competencias que le permite comunicarse mejor, entender y cooperar de manera efectiva con los otros, lo cual refleja la habilidad de establecer límites sanos, comunicar asertivamente sus necesidades y construir relaciones significativas. Asimismo, un tercio de la muestra seleccionada manifiestan un déficit en destrezas, lo que podría comprometer

el normal desempeño del estudiante limitando tanto sus relaciones académicas y sociales, ya que la falta de esta importante habilidad el estudiante no podría responder de manera adecuada frente al entorno.

4.2. CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS Y PRUEBA DE HIPÓTESIS

Tabla 10

Prueba de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov

	DIMENSIÓN	Estadístico	gl	Sig.
VARIABLE 1	Resiliencia	0.048	297	,200*
VARIABLE 2	Habilidades sociales	0.034	297	,200*
DIMENSIÓN 1	Primeras habilidades sociales	0.055	297	0.031
DIMENSIÓN 2	Habilidades sociales avanzadas	0.081	297	0.000
DIMENSIÓN 3	Habilidades sociales para manejar los sentimientos	0.066	297	0.003
DIMENSIÓN 4	Habilidades alternativas a la agresión	0.054	297	0.037
DIMENSIÓN 5	Habilidades para manejar al estrés	0.070	297	0.001
DIMENSIÓN 6	Habilidades de planificación	0.070	297	0.001

De la Tabla 10, este contraste revela las variables de estudio evidencian una distribución normal que quiere decir, que presentaron valores de significancia de 0.200, lo cual es superior a 0.05, indicando que estas variables siguen una distribución normal en la muestra de 297 estudiantes. Este hallazgo es fundamental pues permite el uso de pruebas paramétricas para los análisis posteriores. Sin embargo, al examinar las dimensiones específicas de las habilidades sociales, se observa que todas presentan

valores de significancia menores a 0.05, lo que indica que no siguen una distribución normal. Específicamente, las primeras habilidades sociales mostraron una significancia de 0.031, las destrezas alternativas a la agresión de 0.037, mientras que las habilidades sociales avanzadas ($p = 0.000$), las habilidades sociales para manejar los sentimientos ($p = 0.003$), las habilidades para manejo de estrés ($p = 0.001$) y las habilidades de planificación ($p = 0.001$) presentaron desviaciones más marcadas de la normalidad. Esta situación, sugiere que para los análisis correlacionales con las dimensiones específicas sería más apropiado utilizar **estadísticos no paramétricos**, como es el **Coeficiente de correlación por rangos de Spearman**.

Tabla 11

Contrastación de la hipótesis

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
<i>Habilidades sociales</i>	<i>0.867</i>	<i>0.00</i>	<i>297</i>

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la tabla 11, se evidencia una correlación muy alta y significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales ($r = 0.867$, $p = 0.00$) en los 297 estudiantes evaluados. Este coeficiente de correlación indica una relación autentica muy estrecha entre ambas variables demostrando que a mayor incremento de niveles de resiliencia también tienden a presentar mejores habilidades sociales. Dado que la significancia estadística ($p < 0.01$) corrobora que esta asociación no se debe al azar. Se admite entonces la hipótesis alterna corroborando la asociación entre la variable y sus dimensiones.

Tabla 12*Contrastación de la hipótesis específica 1*

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
<i>Primeras habilidades sociales</i>	<i>0.758</i>	<i>0.00</i>	<i>297</i>

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la Tabla 12, la correlación entre la resiliencia con la dimensión de primeras habilidades sociales muestra un valor de $r = 0.758$ ($p = 0.00$), lo cual representa una vinculación fuerte. Este hallazgo indica que los estudiantes que presentan mayor capacidad de resiliencia también demuestran mejores competencias en las habilidades sociales básicas, como iniciar conversaciones, mantener interacciones sociales y prestar atención a los demás. Los resultados respaldan la confirmación de la hipótesis planteada.

Tabla 13*Contrastación de la hipótesis específicas 2*

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
Habilidades sociales avanzadas	0.691	0.00	297

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la Tabla 13, se evidencia una fuerte correlación entre la resiliencia con la dimensión de habilidades sociales avanzadas ($r = 0.691$, $p = 0.00$). Aunque esta correlación es ligeramente menor que las anteriores, sigue siendo estadísticamente significativa y de magnitud importante, indicando que los estudiantes resilientes también muestran competencias adecuadas en habilidades más complejas como pedir ayuda y brindar reconocimiento a otros. Los resultados respaldan la confirmación de la hipótesis planteada.

Tabla 14*Contrastación de la hipótesis específica 3*

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
<i>Habilidades relacionadas con los sentimientos</i>	<i>0.687</i>	<i>0.00</i>	<i>297</i>

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la Tabla 14, la relación entre la resiliencia con la dimensión de habilidades sociales relacionadas con los sentimientos presenta un coeficiente de correlación de 0.687 ($p = 0.00$). Este hallazgo indica una positiva correlación sugiriendo que a mayor resiliencia mejor capacidad para expresar emociones, empatizar y regular sus estados emocionales. Los resultados respaldan la confirmación de la hipótesis planteada.

Tabla 15*Contrastación de la hipótesis específica 4*

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
<i>Habilidades alternativas a la agresión</i>	<i>0.722</i>	<i>0.00</i>	<i>297</i>

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la Tabla 15, se encontró una correlación fuerte y positiva entre la resiliencia con la dimensión de habilidades alternativas a la agresión ($r = 0.722$, $p = 0.00$). Este hallazgo es particularmente relevante, pues indica que los estudiantes más resilientes poseen mejores estrategias para manejar conflictos de manera constructiva y controlar impulsos agresivos. Los resultados respaldan la confirmación de la hipótesis planteada.

Tabla 16*Contrastación de la hipótesis específica 5*

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
<i>Habilidades para hacer frente al estrés</i>	<i>0.743</i>	<i>0.002</i>	<i>297</i>

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la Tabla 16, la correlación entre la resiliencia con la dimensión de habilidades para hacer frente al estrés mostró un valor de $r = 0.743$ ($p = 0.002$), representando una correlación positiva alta. Este resultado es coherente con la literatura, ya que tanto la resiliencia como el manejo del estrés son competencias fundamentales para afrontar situaciones adversas. Es importante notar que, aunque la significancia es de 0.002, sigue siendo altamente significativa al estar por debajo de 0.01. Los resultados respaldan la confirmación de la hipótesis planteada.

Tabla 17*Correlación de la hipótesis específica 6*

<i>Dimensión</i>	<i>Resiliencia</i>	<i>Sig</i>	<i>N</i>
<i>Habilidades de planificación</i>	<i>0.754</i>	<i>0.002</i>	<i>297</i>

Fuente: Resultados del SPSS 26

De la Tabla 17, la dimensión de habilidades de planificación mostró la correlación más alta con la resiliencia ($r = 0.754$, $p = 0.002$) entre todas las dimensiones evaluadas. Este hallazgo sugiere que los estudiantes con mayor capacidad de resiliencia también destacan en su habilidad para establecer metas, organizar actividades y planificar estratégicamente sus acciones. La alta correlación encontrada podría explicarse porque tanto la resiliencia como la planificación requieren de procesos cognitivos superiores como la anticipación, la evaluación de alternativas y la toma de decisiones orientadas a objetivos. El estudio respalda la comprobación de la hipótesis planteada y lleva a la conclusión de que existe una asociación entre la variable y su dimensión.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo a consideración dos objetivos. En primer lugar, establecer la asociación entre la resiliencia con las dimensiones de las habilidades sociales y describir ambas variables para lo cual se aplicó dos instrumentos psicológicos validados y confiables que es (RESFOR) la escala de resiliencia para alumnos universitarios y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein aplicados a una muestra de 297 estudiantes. En segundo lugar, contrastar las hipótesis planteadas donde se evidenció una correlación fuerte y positiva entre la resiliencia y las habilidades sociales en la muestra seleccionada. Por lo tanto, los resultados indican una relación autentica muy estrecha entre ambas variables demostrando que una proporción alta en niveles de resiliencia tienden a presentar una base sólida en habilidades sociales. Estos hallazgos son consistentes con los resultados encontrados en estudios similares del contexto nacional donde examinaron la asociación entre la resiliencia y las habilidades sociales como las realizadas por Miranda & Quispe (2021), Olaya (2021) y Tavera & Titi (2021).

Respecto a la resiliencia, los hallazgos del análisis descriptivo indican que una mayor proporción que equivale al 51.18% se ubican en un nivel medio de resiliencia, en contraste el 25.25% presentaron un nivel alto y sólo el 23.57% de la muestra evidencian un nivel bajo de resiliencia. Estos hallazgos están en línea con los resultados encontrados por Presentación (2023) donde el porcentaje sobresaliente recae en el nivel moderado de resiliencia con un equivalente a 48.6%. Estos hallazgos indican que existe una proporción alta que presentan competencias para enfrentar obstáculos y poder resolverlos en el ámbito educativo sería aceptarse a sí mismo, tomar decisiones, plantear alternativas de solución, visión positiva de sí mismo y del mundo. En ese sentido, estos resultados se sustentan en la teoría de Saavedra y Villalta (2008) quién afirmó que la resiliencia puede inducir a cambios o fortalecer a quienes enfrentan adversidades, manifestándose en comportamientos

adaptativos que facilitan un desarrollo normal o incluso impulsan un crecimiento superior al nivel actual de funcionamiento. Por otro lado, Medina (2015) cita a Seligman & Csikszentmihalyi (2000) quienes se centran especialmente en estudiar las fortalezas y aspectos positivos presentes en los seres humanos. Destacan condiciones que aumentan la posibilidad de un desarrollo sano, positivo y no se centran en aspectos de alto riesgo que afectan la salud física y mental (p. 27). Seligman & Csikszentmihalyi mencionan que la resiliencia actúa como un mecanismo de protección que permite a las personas reducir con efectividad los efectos del estrés lo que ocasiona una mejor calidad de vida y con ello el fortalecimiento del bienestar emocional de las personas.

Por ello, es importante apreciar que el concepto de resiliencia se sustenta en la comprensión de las diferencias individuales que existen entre las personas, como también en él cómo dichas diferencias entran en interacciones igualmente distintas, dependiendo de los diversos factores.

Los hallazgos muestran con respecto a la variable de habilidades sociales que el 51.18% de los estudiantes presentan una mayor proporción en un nivel medio en contraste tenemos que el 25.59% presentan un nivel alto de habilidades sociales; mientras que solo un 23.23% se sitúan en la categoría baja. Estos hallazgos tienen una relación con el estudio de Montero (2021) donde obtuvieron un 69% de nivel promedio de habilidades sociales. Estos resultados muestran que los estudiantes presentan competencias que les permite comunicarse mejor, entender y cooperar con otros de manera efectiva. De acuerdo con la teoría Quicios (2024) opina que, las habilidades sociales son un puente que conecta nuestras vidas. Nos ofrecen la posibilidad de forjar nuestras relaciones, de facilitar la comprensión mutua y la colaboración entre las personas. Las habilidades sociales son competencias flexibles que se moldean según el contexto y las personas involucradas en el proceso esto significa que no existe una única forma correcta de interactuar en todas las situaciones sociales, ya que cada interacción puede ser única en función de diversos factores, como el entorno, las personalidades y los objetivos. (p. 9). Tal es así, Goldstein (1989) opina que las habilidades

sociales son comportamientos específicos que permite a las personas crear una interacción de manera exitosa. Estas habilidades van más allá de simples comportamientos, involucran procesos cognitivos, emocionales y conductuales complejos. Así mismo, el autor sostiene que las habilidades sociales se pueden adquirir a través de la práctica no necesariamente son innatas. Esto implica que las personas pueden aprender a interactuar efectivamente con los demás mediante el ensayo y la repetición de comportamientos adecuados. La teoría también reconoce que el entorno social participa en la adquisición de estas destrezas, sugiriendo que el entorno cultural y las dinámicas interpersonales juegan un papel importante en cómo se aprenden y aplican las habilidades sociales.

Con respecto a la hipótesis específica 1, se halló una positiva correlación alta entre la resiliencia y la dimensión de primeras habilidades sociales el hallazgo tuvo un valor de ($r = 0.758$, $p = < 0.001$). Los resultados sugieren que los estudiantes con una elevada capacidad de resiliencia demuestran mejores competencias en las habilidades sociales básicas. Este resultado coincide con Olaya (2021) que indica que quienes tienen mayor potencial de desarrollar competencias sociales presentan una significativa ventaja para fortalecer la capacidad de resiliente en el individuo.

Con respecto a la hipótesis específica 2, el estudio halló una positiva correlación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas. Aunque esta correlación es ligeramente menor sigue siendo estadísticamente significativa y de resultado importante, sugiriendo que los estudiantes resilientes también muestran competencias adecuadas en habilidades más complejas como solicitar ayuda, pedir disculpas, persuadir de manera efectiva y brindar reconocimiento a otros. Estos hallazgos coinciden con Granda y Gaibor (2024) al dar a conocer la asociación entre la resiliencia y habilidades sociales en una muestra de 94 adolescentes ecuatorianos donde hallaron una correlación consistente entre la capacidad de ser resiliente y las primeras habilidades sociales avanzadas. Del mismo modo, en Huancayo Miranda y Quispe (2021) hallaron que si existe una vinculación de la resiliencia con la dimensión de primeras habilidades sociales avanzadas en estudiantes de la

carrera de administración de un instituto privado; lo que quiere decir, que a mayor proporcionalidad de resiliencia mayor serán las habilidades consideradas complejas que van a facilitar la gestión eficiente de las relaciones sociales; y por lo tanto los estudiantes universitarios serán capaces de afrontar y superar las adversidades de la vida personal, académico y social.

Del mismo modo, en la hipótesis específica 3, se halló una correlación considerable alta entre la resiliencia y la dimensión de las habilidades relacionadas con los sentimientos. Sugiriendo que los estudiantes con mayor resiliencia tienen mejor capacidad para expresar emociones, empatizar y regular sus estados emocionales. Este resultado se alinea con el estudio de Miranda & Quispe (2021) donde se obtuvo una correlación significativamente alta; indicando que los estudiantes presentan estas habilidades porque se relacionan con la identificación y gestión eficaz de sus propias emociones y de las demás personas.

Así mismo, en la hipótesis específica 4, se encontró un fuerte vínculo entre la resiliencia y la dimensión alternativas a la agresión. Este hallazgo es particularmente relevante, pues indica que los estudiantes más resilientes poseen mejores estrategias para manejar conflictos de manera constructiva y controlar impulsos agresivos. Este resultado coincide con los estudios de Miranda & Quispe (2021) y Granda & Gaibor (2024), ambos estudios indican que estas habilidades permiten a los estudiantes abordar y resolver problemas sin recurrir a la agresividad y a la violencia. Lo que va a permitir a largo plazo que la población estudiantil desarrolle estrategias de autocontrol de las emociones y evitar apuros en los ámbitos donde se desenvuelven.

De igual manera, en la hipótesis específica 5, se halló una correlación positiva alta entre la resiliencia y la dimensión de las habilidades para hacer frente al estrés. Este resultado es coherente con la literatura, ya que tanto la resiliencia como el manejo del estrés son competencias fundamentales para afrontar situaciones adversas. Este resultado coincide con Olaya (2021) por lo que el autor plantea que estas habilidades son fundamentales para manejar y afrontar los conflictos en situaciones de alta tensión.

En el aspecto de la hipótesis específica 6, se halló una correlación más alta de la resiliencia con la dimensión de planificación. Este hallazgo sugiere que los estudiantes con mayor capacidad de resiliencia también destacan en su habilidad para establecer metas, organizar actividades y planificar estratégicamente sus acciones. La alta correlación encontrada podría explicarse porque tanto la resiliencia como la planificación requieren de procesos cognitivos superiores como la anticipación, establecer objetivos, la evaluación de alternativas y la toma de decisiones orientadas a objetivos. Este resultado guarda concordancia con el estudio de Miranda & Quispe (2021) donde se encontró que tiene una relación alta entre resiliencia y la dimensión de planificación. Dichos resultados estarían demostrando que la capacidad de adaptación está estrechamente vinculada con la organización de metas.

CONCLUSIONES

Tomando en cuenta los objetivos planteados, los resultados y la discusión de resultados se ha llegado a las siguientes conclusiones:

La finalidad del presente estudio ha sido determinar la relación que existe entre la resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes universitarios del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco (2025), y se ha determinado que sí existe relación una correlación muy alta y significativa entre la resiliencia y las habilidades sociales según Rho de Spearman ($r = 0.867$, $p = 0.00$) en los 297 estudiantes; por lo que se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula. Se deduce que existe una fuerte relación entre ambas variables, es decir, estudiantes resilientes tienen la capacidad de enfrentarse y superar desafíos adversos y estas mismas capacidades les permite desarrollar competencias que les favorece en comunicarse y entenderse con otros de manera efectiva y sana.

Del mismo modo, se identificó el nivel de la variable resiliencia donde se halló que el 51.18% de la muestra mostraron un nivel medio de resiliencia, el 25.25% obtuvieron mejores resultados logrando un nivel alto y sólo el 23.57% obtuvieron un nivel bajo de resiliencia. Y con respecto a la variable de habilidades sociales se encontró que el 51.18% de los estudiantes cuentan con un nivel medio, en contraste encontramos que el 25.59% obtuvieron un valor alto de competencias sociales; mientras que un 23.23% se sitúan en el nivel bajo.

Con respecto a la hipótesis específica 1, se evidenció una correlación positiva alta entre la resiliencia y la dimensión de primeras habilidades sociales el hallazgo tuvo un valor de ($r = 0.758$, $p = 0.00$).

Con respecto a la hipótesis específica 2, se encontró una correlación positiva entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas ($r = 0.691$, $p = 0.00$). Aunque esta correlación es ligeramente menor sigue siendo estadísticamente significativa y de magnitud importante.

Del mismo modo, en la hipótesis específica 3, se encontró una fuerte correlación entre la resiliencia y la dimensión relacionadas con los sentimientos encontrándose un $(0.687, p = 0.00)$. de coeficiente de correlación.

Así mismo, en la hipótesis específica 4, se encontró una correlación positiva alta entre la resiliencia y la dimensión alternativas a la agresión $(r = 0.722, p = 0.00)$.

De igual manera, en la hipótesis específica 5, se halló una correlación positiva alta entre la resiliencia y la dimensión de las habilidades para hacer frente al estrés mostrando un valor de $(r=0.743, p=0.002)$.

Y con respecto a la hipótesis específica 6, se halló una correlación más alta de la resiliencia con la dimensión de habilidades de planificación $(r = 0.754, p = 0.002)$ entre todas las dimensiones evaluadas.

RECOMENDACIONES Y/O SUGERENCIAS

Al programa de Psicología:

- Diseñar programas psicoeducativos que estén enfocados en la temática de la resiliencia y habilidades sociales orientados en fortalecer con éxito las condiciones de adversidad en los diferentes contextos. Así mismo, desarrollen al máximo su potencial en lo cognitivo, social y personal.
- Realizar capacitaciones a la comunidad y familias porque la mejor ruta es la educación para prevenir dificultades y trastornos psicosociales como alcoholismo, drogodependencia, pandillaje, violencia en la familia, etc.
- Promover espacios de intercambio de experiencias con la población de egresados con la finalidad de que se sientan escuchados y acompañados y de este modo crear espacios saludables y por ende el bienestar de los profesionales de psicología.
- Realizar futuras investigaciones tomando como base poblaciones infantiles para conocer cómo los niños afrontan y superan adversidades propias de su edad y del entorno social donde se desenvuelven.

A los docentes:

- Tomar en cuenta temáticas de resiliencia y habilidades sociales que les permita a los estudiantes el desarrollo de sus habilidades y capacidades.
- Capacitarse en las áreas de resiliencia y habilidades sociales con la finalidad de sentar las bases para el desarrollo y fortalecimiento de estas competencias en la comunidad estudiantil.

A los estudiantes:

- Realizar actividades que permita el desarrollo de estas competencias con el objetivo de construir relaciones sanas y significativas.
- Organizar ferias informativas con la finalidad de sensibilizar en la salud psicológica de los estudiantes. Porque es tan importante cultivar estas habilidades porque no solo mejorará las relaciones sociales, sino que también contribuirá a una mayor satisfacción y bienestar emocional para los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Bandura, A. (1982). *Teoría del Aprendizaje Social*. Espasa Calpe.
- Busso et al. (2017). *Soporte socioemocional y el acompañamiento cognitivo*. Repositorio MINEDU.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional*. Archivo digital <https://www.rafaelbisquerra.com/resiliencia-en-tiempos-de-crisis/>.
- Carmen, B. (2021). *Resiliencia en estudiantes de la universidad nacional*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio Tumbes <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/2485/TESIS%20-%20CARMEN%20CORDOVA.pdf?sequence=3&isAllowed=y>.
- Dyer, J., & Guinness, M. (1996). *Resiliencia análisis del concepto*. Archivos de psiquiatría. vol. 10, 276-282.
- Fondo de Poblaciones de las Naciones Unidas (2021) *Desarrollo de documento técnico para la evaluación y entrenamiento en habilidades sociales*. <https://www.unicef.org/peru/desarrollo-de-documento-tecnico-para-la-evaluacion-y-entrenamiento-en-habilidades-sociales-nna>.
- Fernández, C. & Baptista, M. (2014) *Metodología de la investigación*. 6ta edición. McGraw-Interamericana Editorial S.A. de C. V. (p. 93). México.
- Fernández, B. & Carrobbles, J. (1981). *Las habilidades sociales en el contexto de la psicología clínica*. Abaco, 21, 29-37.
- Fondo de Población de las Naciones Unidas (2021). *La consecuencia de la pandemia en el estado de bienestar de adolescentes y jóvenes*. <https://peru.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/doc.pdf>
- Fonseca, A. (2021). *Investigación científica en salud*. Proyecto de tesis. Editorial Medina Liber.
- Gil, E. (2020). *El anime como elemento transcultural: mitología, folclore y tradición a través de la animación*. BSAA arte, 86(1), 413-436. <https://doi.org/10.24197/bsaaa.86.2020.413-436>

- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goldstein, A. P. (1989). *Terapia de aprendizaje estructurado*. Academic Press.
- Granda & Gaibor (2024) *Resiliencia y habilidades sociales en adolescentes- Ecuador*. Revista Científica PENTACIENCIAS. Vol. 7, Núm. 1. Pág 36-46. ISSN:2806-5794. Archivo digital file:///C:/Users/DELL/Downloads/04_GRANDA+VICTORIA_Vol_7_No1_Enero_Marzo_2025_Articulo.pdf.
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit*. Research Early childhood development: practice and reflections. (8). <https://bibalex.org/baifa/Attachment/Documents/115519.pdf>.
- Goldstein, et al. (1980). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: Un programa de enseñanza*. Ediciones Martínez Roca, S. A. https://www.academia.edu/36322793/Habilidades_sociales_y_autocontrol_en_la_adolescencia_Goldstein_Sprafkin_Gershaw_y_Klei.
- Goldstein, A., (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de entrenamiento*. (2ª ed.). Barcelona, España: Ediciones Martínez Roca, S.A.
- Heckman, J. & Kautz, T. (2013). *Evidencias contundentes de las habilidades blandas*. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S092753711200057>
- Hernández, R. & Baptista P. (2014) *Metodología de la investigación*. 6ta edición. McGraw-Hill España.
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill. <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/la-importancia-de-las-habilidades-sociales-en-la-poblacion-joven>.
- Hernández-Sampieri, R. (2019). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixta*. McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. De C.V.

- Krauskopf, D. (2006) *Dimensiones de la participación en las juventudes contemporáneas latinoamericanas*. Revista Pensamiento Iberoamericano (p.45). Madrid.
- Ita, J. (2019). *Resiliencia y desarrollo de habilidades sociales en una Universidad Privada* 2019. [Tesis de Maestría Universidad Cesar Vallejo - Perú]. Repositorio UCV <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/47183>.
- Kotliarenco, M., Cáceres, I., y Álvarez, C. (1996). *Resiliencia: Construyendo en adversidad*. p.25 y 61. Santiago de Chile: Mosquito Impresores.
- Kotliarenco, M., & Dueñas, B., (1994). *Vulnerabilidad versus resiliencia*. Una propuesta de acción educativa. 3er bimestre. Santiago Chile.
- Kotliarenco, et. al. (1996); (1998); (2000). *Actualizaciones en resiliencia*. Buenos Aires: Universidad Nacional de Lanús, Fundación Bernard Van Leer.
- La Organización de las Naciones Unidas. (2020). *Los países del mundo están fallando a los Niños actual Una advertencia*. <https://news.un.org/es/story/2020/09/1479942>
- Lazo, T. (2018). *Habilidades sociales en las poblaciones de adolescentes más vulnerables del Vraem Pariahuanca Huancayo*. [Tesis de pregrado, Universidad Villareal]. Repositorio institucional UNFV. <https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/2405/LAZO%20SAMANIEGO%20TITO%20DANIEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ministerio de Salud [MINSA] (2019) *Plataforma del Estado Peruano*: <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa-trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>.
- Medina, J. (2015). *Trauma psíquico*. Madrid: Ediciones Paraninfo S.A. p.125.
- Mercado, S. (2018). *Nivel de resiliencia de los estudiantes del programa beca 18 de la Universidad Continental Huancayo*. [Tesis pregrado

- Universidad Continental] Repositorio continental
<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/6056>.
- Medina, W. & Fabián, C. (2016). *Construcción del instrumento psicológico*.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/6056/2/IV_FHU_501_TE_Mercado_Rodriguez_2019.pdf.
- Meza, A. (1995) *Psicología de asertividad*. Boletín de psicología de la UPC. Lima Año:1 (3), p.25.
- Miranda, R. & Quispe, Y. (2021). *Relación entre resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de la carrera de Administración de un instituto privado de Huancayo-2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio UC.
<https://repositorio.continental.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/615066e4-7460-4477-ae16-ce0bb7eea138/content>
- Ministerio de Educación (2024). *Artículos y notas científicas sobre habilidades sociales y emocionales archivo digital*.
<http://umc.minedu.gob.pe/wp-content/uploads/2024/04/Resultados-SSES-2023.pdf>
- Montero, N. (2021). *Habilidades sociales y resiliencia en adolescentes de las casas de refugio en Ecuador*. [Tesis de maestría Universidad Politécnica Salesiana] Archivo digital
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/21232/1/UPS-CT009337.pdf>
- Murphy S. & Smith M. (2005) *Comprender y fomentar la resiliencia familiar* p.43
- Noriega, G., Angulo, B., Angulo, G. (2015). *La resiliencia en la educación, la escuela y la vida*. Archivo digital
[/https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6349252.pdf](https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6349252.pdf).
- Obregón, A. R. (2018). *Habilidades sociales y convivencia escolar en estudiantes de la institución educativa Fe y Alegría N° 19 – Huaraz, 2017*. [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. Repositorio institucional UNIGV.

http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3306/TESIS_Andr%C3%A9s%20Rafael%20Obreg%C3%B3n%20Mendoza.pdf?sequence=2&isAllowed=y.

Osborn, A. (1993). *Cuál es el valor del concepto de resiliencia para las políticas y las intervenciones*. Londres: International Catholic Child Burea.

Olaya, A. T. (2021). *Relación entre resiliencia con habilidades sociales en adolescentes de una institución pública de Huaquillas*. [Tesis de posgrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio UPCH.

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/11260/Relacion_OlayaMatute_Anabell.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Paradigmas Revista Psicológica de Actualización Profesional (2000). Colegio de Psicólogos del Perú. Año 1 Vol.1 No.1 y 2. Lima Perú.

Presentación, J. (2024). *Resiliencia y factores sociodemográficos en estudiantes de la carrera profesional de psicología de una Universidad Pública, Huánuco 2023*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio Unheval. <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/10370>.

Quicios, B. (2024). *Habilidades sociales*. Edit. Libsa. Madrid.

Quispe, Y. (2023) *Autorregulación emocional y resiliencia en estudiantes del Programa Académico de Psicología de la Universidad de Huánuco, Amarilis - Huánuco*. [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco] Repositorio UDH <https://repositorio.udh.edu.pe/handle/20.500.14257/5846>.

Rivera, P. (2024) *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de la facultad de psicología de la Universidad estatal de Huánuco* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Repositorio institucional Unheval. https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/10033/T023_45827102_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Rutter, M. (1990). *Resiliencia psicosocial y mecanismos de protección*. En: Rolf A., Masten; D Cincchetti; K. Nuechterlein y S. Weintraub

Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology. New York. Cambridge University Press.

Rutter, M. (1992). *Mentes en desarrollo: desafío y continuidad a lo largo de la vida* Londres: Penguin Books.

Saavedra, E. & Villalta, M. (2008). *Escala de resiliencia SV-res para jóvenes y adultos*. CEANIM.
https://www.repositorio.ciedupanama.org/bitstream/handle/123456789/25/Saavedra_Villalta_SV_RES60_ESCALA_DE_RES.pdf?sequence=1.

Ortiz, F. (2003). *Diccionario de metodología de la investigación científica*. Limusa.

Saavedra, E., & Villalta, M. (2008). *Medición de las características resilientes: un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años*. Liberabit, 14(14), 32-40.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272008000100005&script=sci_arttext.

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Felicidad, excelencia y función humana óptima*. La aceptación incondicional de la persona 55 (1).

Serrano, C. & Peñafiel, E., (2010). *Habilidades sociales*. Editex.

Suárez, E (1995). *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.

Tavera, C. & Titi, J. (2023). *Resiliencia y habilidades sociales de los estudiantes de la IE Daniel Alcides Carrión, durante la pandemia, Cusco* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional UNSA.
<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/71556d71-ff4e-418d-a661-0c8098d348fb/content>

Tomás, A. (1995). *Manual de calificación y diagnóstico de la lista de chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein*. Lima, Perú.

Urbina, K. (2024). *Resiliencia y habilidades sociales en los adolescentes bachilleres* [Tesis de posgrado, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Repositorio PUCE.

<https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/f7d6df34-4e28-4430-bf05-6551230edc56/content>.

Wolin, S. & Wolin, S. (1993). *El yo resiliente: cómo los sobrevivientes de familias con problemas se elevan por encima de la adversidad*. Villard.

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Grandez Isuiza, I. (2026) *Resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico 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	OBJETIVOS	HIPÒTESIS		VARIABLES - DIMENSIONES	MARCO METODOLÓGICO	POBLACIÓN MUESTRA	TECNICAS E INSTRUMENTOS
GENERAL	GENERAL	GENERAL					
¿Cuál es la relación entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025?	Determinar la relación entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.	Ha: Existe relación entre la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.	Ho: No existe relación la resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.	VARIABLE 1: Resiliencia	TIPO: Básica		
ESPECÍFICOS	ESPECÍFICOS	ESPECÍFICOS					
¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos de en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión Habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dimensión Habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025?	- Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. - Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. - Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. - Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión Habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. - Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. - Determinar la relación entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.	Ha1: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ha2: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ha3: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ha4: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ha5: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ha6: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.	Ho1: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión primeras habilidades sociales en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ho2: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades sociales avanzadas en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ho3: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades relacionadas con los sentimientos en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ho4: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades alternativas a la agresión en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ho5: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades para hacer frente al estrés en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025. Ho6: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dimensión habilidades de planificación en los estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco 2025.	DIMENSIONES: Vulnerabilidad Autoeficacia VARIABLE 2: Habilidades sociales DIMENSIONES: - Primeras habilidades sociales. - Habilidades sociales avanzadas. - Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos. - Habilidades alternativas a la agresión. - Habilidades para hacer frente al estrés. - Habilidades de planificación	NIVEL: Correlacional MÉTODO Pertenece al método deductivo DISEÑO DE INVESTIGACIÓN: No experimental, transversal Donde: X: Variable 1: Resiliencia Y: Variable 2: Habilidades sociales. r: Correlación entre las variables de estudio. Esquema: X 	POBLACIÓN: Estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco. MUESTREO: No Probabilístico. MUESTRA: 297 estudiantes del programa académico de psicología de la universidad de Huánuco	TÉCNICAS: Psicometría. INSTRUMENTOS Escala de Resiliencia SV-RES adaptado por Miranda y Quispe (2021) Lista de chequeo de habilidades sociales (Arnold Goldstein ,1978) adaptado por Miranda y Quispe (2021)

ANEXO 2

INSTRUMENTOS PSICOLÓGICOS UTILIZADOS EN LA INVESTIGACIÓN

TEST Resfor

EDAD: 20

SEMESTRE: 6^{to}

SEXO: M () F (x)

INDICACIONES: Marca la respuesta que creas más conveniente, según tu estilo de vida y experiencia.

N°	Indicadores	Respuesta				
		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa		X			
2	He recibido educación sexual	X				
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas			X		
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas			X		
5	Disfruto la vida		X			
6	Mantengo comunicación con mis padres		X			
7	Evado las situaciones difíciles			X		
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones		X			
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades			X		
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes				X	
11	Estudio mi carrera por convicción		X			
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación		X			
13	Me llevo bien con mis compañeros		X			
14	Dejo mis tareas para última hora		X			
15	He recibido maltrato físico o psicológico				X	
16	Respeto la opinión de los demás	X				
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones				X	
18	Tengo buenos hábitos alimenticios			X		
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia		X		X	
20	Tuve amigos que fomentaban violencia		X			
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos		X			
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad			X		
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores	X				
24	Falto a clases por estar con sus amigos				X	
25	Me pongo nervioso al hablar en público			X		
26	Estudio en mis tiempos libres				X	
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia					X
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante		X			
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza		X			
30	Asumo las consecuencias de mis errores		X			
31	Comparto mis orígenes culturales		X			
32	Realizo actividades deportivas				X	
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo				X	
34	Me cuesta mucho dormir por la noche	X				

TEST Resfor

EDAD: 22

SEMESTRE: VII

SEXO: M () F ()

INDICACIONES: Marca la respuesta que creas más conveniente, según tu estilo de vida y experiencia.

N°	Indicadores	Respuesta				
		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa	X				
2	He recibido educación sexual	X				
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas			X		
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas				X	
5	Disfruto la vida	X				
6	Mantengo comunicación con mis padres	X				
7	Evado las situaciones difíciles			X		
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones	X				
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades		X			
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes					X
11	Estudio mi carrera por convicción	X				
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación			X		
13	Me llevo bien con mis compañeros		X			
14	Dejo mis tareas para última hora	X				
15	He recibido maltrato físico o psicológico			X		
16	Respeto la opinión de los demás	X				
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones				X	
18	Tengo buenos hábitos alimenticios			X		
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia				X	
20	Tuve amigos que fomentaban violencia					X
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos		X			
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad			X		
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores			X		
24	Falto a clases por estar con sus amigos					X
25	Me pongo nervioso al hablar en público		X			
26	Estudio en mis tiempos libres			X		
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia			X		
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante		X			
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza	X				
30	Asumo las consecuencias de mis errores	X				
31	Comparto mis orígenes culturales	X				
32	Realizo actividades deportivas	X				
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo					X
34	Me cuesta mucho dormir por la noche			X		

TEST Resfor

EDAD: 26

SEMESTRE: Noveno

SEXO: M ☒ F ☐

INDICACIONES: Marca la respuesta que creas más conveniente, según tu estilo de vida y experiencia.

N°	Indicadores	Respuesta				
		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa		☒			
2	He recibido educación sexual			☒		
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas				☒	
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas		☒			
5	Disfruto la vida	☒				
6	Mantengo comunicación con mis padres		☒			
7	Evado las situaciones difíciles		☒			
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones	☒				
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades		☒			
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes					☒
11	Estudio mi carrera por convicción	☒				
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	☒				
13	Me llevo bien con mis compañeros		☒			
14	Dejo mis tareas para última hora				☒	
15	He recibido maltrato físico o psicológico					☒
16	Respeto la opinión de los demás	☒				
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones			☒		
18	Tengo buenos hábitos alimenticios		☒			
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia				☒	
20	Tuve amigos que fomentaban violencia			☒		
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos		☒			
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad	☒				
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores		☒			
24	Falto a clases por estar con sus amigos					☒
25	Me pongo nervioso al hablar en público				☒	
26	Estudio en mis tiempos libres		☒			
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia					☒
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante			☒		
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza				☒	
30	Asumo las consecuencias de mis errores	☒				
31	Comparto mis orígenes culturales		☒			
32	Realizo actividades deportivas		☒			
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo				☒	
34	Me cuesta mucho dormir por la noche				☒	

TEST Resfor

EDAD: 25

SEMESTRE: IX

SEXO: M () F ()

INDICACIONES: Marca la respuesta que creas más conveniente, según tu estilo de vida y experiencia.

N°	Indicadores	Respuesta				
		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa	X				
2	He recibido educación sexual	X				
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas			X		
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas	X				
5	Disfruto la vida	X				
6	Mantengo comunicación con mis padres	X				
7	Evado las situaciones difíciles				X	
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones		X			
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades		X			
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes					X
11	Estudio mi carrera por convicción	X				
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	X				
13	Me llevo bien con mis compañeros	X				
14	Dejo mis tareas para última hora			X		
15	He recibido maltrato físico o psicológico					X
16	Respeto la opinión de los demás	X				
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones		X			
18	Tengo buenos hábitos alimenticios	X				
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia					X
20	Tuve amigos que fomentaban violencia			X		
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos		X			
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad		X			
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores		X			
24	Fallo a clases por estar con sus amigos				X	
25	Me pongo nervioso al hablar en público					X
26	Estudio en mis tiempos libres			X		
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia					X
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante		X			
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza					X
30	Asumo las consecuencias de mis errores	X				
31	Comparto mis orígenes culturales	X				
32	Realizo actividades deportivas	X				
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo					X
34	Me cuesta mucho dormir por la noche					X

TEST Resfor

EDAD: 32 años

SEMESTRE: Septimo

SEXO: M () F (x)

INDICACIONES: Marca la respuesta que creas más conveniente, según tu estilo de vida y experiencia.

N°	Indicadores	Respuesta				
		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
1	Resuelvo la mayoría de conflictos de forma amistosa	x				
2	He recibido educación sexual	x				
3	Tengo miedo de hablar con personas desconocidas			x		
4	Soy disciplinado para alcanzar mis metas		x			
5	Disfruto la vida		x			
6	Mantengo comunicación con mis padres	x				
7	Evado las situaciones difíciles			x		
8	Muestro sentido de humor en mis conversaciones		x			
9	Tengo dinero para cubrir todas mis necesidades	x				
10	Me he sentido discriminado por mis orígenes					x
11	Estudio mi carrera por convicción	x				
12	Actualizo mis ideas mediante la investigación	x				
13	Me llevo bien con mis compañeros	x				
14	Dejo mis tareas para última hora				x	
15	He recibido maltrato físico o psicológico				x	
16	Respeto la opinión de los demás	x				
17	Apruebo los cursos difíciles con altas calificaciones		x			
18	Tengo buenos hábitos alimenticios		x			
19	Muestro indiferencia por los problemas de mi familia			x		
20	Tuve amigos que fomentaban violencia				x	
21	Busco poner en práctica lo aprendido en los cursos		x			
22	Organizo mis tareas por nivel de dificultad			x		
23	Aclaro mis dudas consultando a mis profesores	x				
24	Falto a clases por estar con sus amigos					x
25	Me pongo nervioso al hablar en público				x	
26	Estudio en mis tiempos libres		x			
27	Algunas de mis conductas preocupan a mi familia			x		
28	Al obtener bajas notas no me desánimo y sigo adelante	x				
29	Hay algo de mi aspecto físico que me avergüenza		y			
30	Asumo las consecuencias de mis errores	x				
31	Comparto mis orígenes culturales	x				
32	Realizo actividades deportivas	x				
33	Tengo dificultad para comprender lo que leo					y
34	Me cuesta mucho dormir por la noche			x		

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD: 22

SEMESTRE: 9

SEXO: M () F (X)

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los jóvenes como tu pueden poseer en mayor o menor grado. Marcar la opción que creas que se relaciona con tus habilidades sociales.

Leyenda: Nunca (N); Pocas Veces (PV); A Veces (AV); A Menudo (AM); Siempre (S)

N°	PREGUNTAS	N	PV	AV	AM	S
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	2	3	X	5
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	X	5
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	X	5
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	X	5
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	X
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	X	2	3	4	5
7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	X	3	4	5
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	X	2	3	4	5
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	X	4	5
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	X	4	5
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	X
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	X	5
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	X	5
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	X	3	4	5
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	X	5
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	X	2	3	4	5
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	X
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	X	5
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	X	3	4	5
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	X	5
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	X	5
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	X	3	4	5
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	X	5
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	X

25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3	4	5
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4	5
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD: 23

SEMESTRE: Septiembre

SEXO: M ☒ F ()

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los jóvenes como tu pueden poseer en mayor o menor grado. Marcar la opción que creas que se relaciona con tus habilidades sociales.

Leyenda: Nunca (N); Pocas Veces (PV); A Veces (AV); A Menudo (AM); Siempre (S)

N°	PREGUNTAS	N	PV	AV	AM	S
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	2	3	4	☒
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	☒	5
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	☒	5
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	☒	4	5
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	☒
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	☒	4	5
7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	☒	3	4	5
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	☒	4	5
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	☒	5
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	☒	4	5
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	☒	4	5
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	☒	5
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	☒
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	☒	5
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	☒	5
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	☒	5
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	☒	5
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	☒	4	5
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	☒
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	☒	4	5
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	☒	4	5
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	4	☒
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	☒
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	☒	4	5

25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2 X	3	4	5
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3 X	4	5
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2 X	3	4	5
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1 X	2	3	4	5
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3 X	4	5
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	1	2	3 X	4	5
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2 X	3	4	5
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	1	2	3	4 X	5
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3 X	4	5
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2 X	3	4	5
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3 X	4	5
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2 X	3	4	5
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3 X	4	5
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3 X	4	5
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2 X	3	4	5
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1 X	2	3	4	5
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3 X	4	5
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3 X	4	5
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2 X	3	4	5
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4 X	5
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3 X	4	5
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3 X	4	5
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2 X	3	4	5
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1 X	2	3	4	5
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3 X	4	5
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2 X	3	4	5

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD: 22

SEMESTRE: V II

SEXO: M ☒ F ()

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los jóvenes como tu pueden poseer en mayor o menor grado. Marcar la opción que creas que se relaciona con tus habilidades sociales.

Legenda: Nunca (N); Pocas Veces (PV); A Veces (AV); A Menudo (AM); Siempre (S)

N°	PREGUNTAS	N	PV	AV	AM	S
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	☒	3	4	5
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	☒	2	3	4	5
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	☒	3	4	5
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	☒	4	5
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	☒	3	4	5
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	☒	2	3	4	5
7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	☒	4	5
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	☒	3	4	5
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	☒	5
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	☒	4	5
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	☒	3	4	5
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	☒	3	4	5
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	☒	4	5
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	☒	3	4	5
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	☒	4	5
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	☒	4	5
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	☒	3	4	5
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	☒	3	4	5
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	☒	4	5
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	☒	5
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	☒	3	4	5
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	☒	4	5
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	1	☒	3	4	5
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	☒	4	5

		1	2	3	4	5
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	1	2	3	4	5
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD: 32

SEMESTRE: Septiembre

SEXO: M () F (X)

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los jóvenes como tu pueden poseer en mayor o menor grado. Marcar la opción que creas que se relaciona con tus habilidades sociales.

Leyenda: Nunca (N); Pocas Veces (PV); A Veces (AV); A Menudo (AM); Siempre (S)

N°	PREGUNTAS	N	PV	AV	AM	S
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	2	3	4	X
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	X	4	5
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesen a ambos?	1	2	3	X	5
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	X
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	X
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	X	4	5
7	¿Presentas a nuevas personas con otras(as)?	1	2	X	4	5
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	X	5
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	X	3	4	5
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	X	4	5
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	X	5
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	X	4	5
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	X
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	X	4	5
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	X	3	4	5
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	X	3	4	5
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	X	5
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	X	5
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	X	3	4	5
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	X	4	5
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	X
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	X	5
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	X	5
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	3	4	X

25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	1	2	3	4	5
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD: 23

SEMESTRE: Septima

SEXO: M ☒ F ()

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los jóvenes como tu pueden poseer en mayor o menor grado. Marcar la opción que creas que se relaciona con tus habilidades sociales.

Leyenda: Nunca (N); Pocas Veces (PV); A Veces (AV); A Menudo (AM); Siempre (S)

N°	PREGUNTAS	N	PV	AV	AM	S
1	¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que están diciendo?	1	2	3	4	☒
2	¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	☒
3	¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	☒
4	¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	☒	4	5
5	¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	1	2	3	4	☒
6	¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	☒	4	5
7	¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	☒	3	4	5
8	¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	☒	4	5
9	¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	☒	5
10	¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	☒	4	5
11	¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	☒	4	5
12	¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	☒	5
13	¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	4	☒
14	¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de las otras personas?	1	2	3	☒	5
15	¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	☒	5
16	¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	☒	5
17	¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	☒	5
18	¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	☒	4	5
19	¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	☒
20	¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	☒	4	5
21	¿Te das a ti misma una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	☒	4	5
22	¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	4	☒
23	¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	☒
24	¿Ayudas a quien lo necesita?	1	2	☒	4	5

		1	2	3	4	5
25	¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	1	2	3	4	5
26	¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	1	2	3	4	5
27	¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	1	2	3	4	5
28	¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	1	2	3	4	5
29	¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	1	2	3	4	5
30	¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?	1	2	3	4	5
31	¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	1	2	3	4	5
32	¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por tí?	1	2	3	4	5
33	¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	1	2	3	4	5
34	¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	1	2	3	4	5
35	¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	1	2	3	4	5
36	¿Manifiestas a los demás cuando sientes que una amiga no ha sido tratada de manera justa?	1	2	3	4	5
37	¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en la propia antes de decidir qué hacer?	1	2	3	4	5
38	¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	1	2	3	4	5
39	¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	1	2	3	4	5
40	¿Comprendes de qué y porqué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	1	2	3	4	5
41	¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	1	2	3	4	5
42	¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	1	2	3	4	5
43	¿Si te sientes aburrido (a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	1	2	3	4	5
44	¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	1	2	3	4	5
45	¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
46	¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
47	¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	1	2	3	4	5
48	¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	1	2	3	4	5
49	¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	1	2	3	4	5
50	¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestar atención a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

ANEXO 3
SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN

“AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA”

SOLICITO: Permiso para realizar
trabajo de investigación.

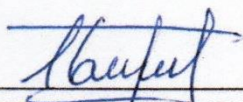
SEÑORA KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI
COORDINADORA DEL PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Yo, IVONNE GRANDEZ ISUIZA, identificada con DNI N° 72131377 con domicilio Jirón 7 de junio N° 375 del Distrito Bajo Pichanaki Provincia de Chanchamayo del Departamento de Junín. Ante usted respetuosamente me presento y expongo:

Que, habiendo culminado la carrera de Psicología en la Universidad de Huánuco, solicito a usted permiso para realizar trabajo de investigación en su Institución sobre **“RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO”** que serán aplicados a una muestra de 297 alumnos, para obtener el grado de Psicólogo.

Por lo expuesto; ruego a usted acceder a mi solicitud y, que Nuestro Señor Todopoderoso le bendiga con mucha salud y prosperidad.

Junín, 15 de enero del 2025



IVONNE GRANDEZ ISUIZA
DNI N° 72131377

ANEXO 4
CARTA DE ACEPTACIÓN



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

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
"Psicología la Fuerza que Mueve al Mundo y lo Cambia"



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

Huánuco 10 de abril 2025

SEÑORA:

Ivonne Grandez Isuiza

Le reitero un cordial saludo y a su vez visto la solicitud presentada, que solicita autorización para la aplicación de instrumento para su Trabajo de Investigación titulado "RESILIENCIA Y HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA ACADEMICO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO", es grato informarle que **TIENE LA AUTORIZACIÓN**, para la ejecución de su trabajo de Investigación durante el semestre académico 2025-1.

Se expide el presente documento a solicitud del interesado, para fines que estime conveniente.

Atentamente.


UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
Dr. Karina Vazquez Diestro Caloretti
COORDINADORA DE PSICOLOGÍA

ANEXO 5

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es conducida por **Ivonne Grandez Isuiza**, correo 2015210557@udh.edu.pe, cel. 921835616, **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco. Le invito a participar del estudio cuyo objetivo es evaluar la relación de Resiliencia y Habilidades Sociales, con la finalidad de optar el **Título de Licenciado en Psicología**.

Tomando en consideración ello, esta investigación se realizará a través de dos instrumentos, con preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, en la que tendrá un tiempo de 30 minutos, pero podrá tomar el tiempo que necesite para culminar sus respuestas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar los instrumentos denominados:

1. Se aplicará el Instrumento N° 1 Resfor
2. Se aplicará el Instrumento N° 2 LCHS

Su participación es absolutamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se están consignando nombres ni apellidos en los instrumentos.

Lugar y fecha: Universidad / 09/06/2025



FIRMA

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es conducida por **Ivonne Grandez Isuiza**, correo 2015210557@udh.edu.pe, cel. 921835616, **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco. Le invito a participar del estudio cuyo objetivo es evaluar la relación de Resiliencia y Habilidades Sociales, con la finalidad de optar el **Título de Licenciado en Psicología**.

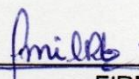
Tomando en consideración ello, esta investigación se realizará a través de dos instrumentos, con preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, en la que tendrá un tiempo de 30 minutos, pero podrá tomar el tiempo que necesite para culminar sus respuestas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar los instrumentos denominados:

1. Se aplicará el Instrumento N° 1 Resfor
2. Se aplicará el Instrumento N° 2 LCHS

Su participación es absolutamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se están consignando nombres ni apellidos en los instrumentos.

Lugar y fecha: Huánuco - 10/06



FIRMA

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es conducida por **Ivonne Grandez Isuiza**, correo 2015210557@udh.edu.pe, cel. 921835616, **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco. Le invito a participar del estudio cuyo objetivo es evaluar la relación de Resiliencia y Habilidades Sociales, con la finalidad de optar el **Título de Licenciado en Psicología**.

Tomando en consideración ello, esta investigación se realizará a través de dos instrumentos, con preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, en la que tendrá un tiempo de 30 minutos, pero podrá tomar el tiempo que necesite para culminar sus respuestas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar los instrumentos denominados:

1. Se aplicará el Instrumento N° 1 Resfor
2. Se aplicará el Instrumento N° 2 LCHS

Su participación es absolutamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se están consignando nombres ni apellidos en los instrumentos.

Lugar y fecha: Huánuco - 11-06-25



FIRMA

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es conducida por **Ivonne Grandez Isuiza**, correo 2015210557@udh.edu.pe, cel. 921835616, **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco. Le invito a participar del estudio cuyo objetivo es evaluar la relación de Resiliencia y Habilidades Sociales, con la finalidad de optar el **Título de Licenciado en Psicología**.

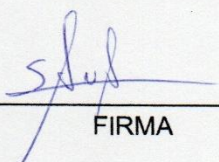
Tomando en consideración ello, esta investigación se realizará a través de dos instrumentos, con preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, en la que tendrá un tiempo de 30 minutos, pero podrá tomar el tiempo que necesite para culminar sus respuestas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar los instrumentos denominados:

1. Se aplicará el Instrumento N° 1 Resfor
2. Se aplicará el Instrumento N° 2 LCHS

Su participación es absolutamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se están consignando nombres ni apellidos en los instrumentos.

Lugar y fecha: Huánuco, 12 Junio 2025



FIRMA

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación es conducida por **Ivonne Grandez Isuiza**, correo 2015210557@udh.edu.pe, cel. 921835616, **bachiller** en Psicología de la Universidad de Huánuco. Le invito a participar del estudio cuyo objetivo es evaluar la relación de Resiliencia y Habilidades Sociales, con la finalidad de optar el **Título de Licenciado en Psicología**.

Tomando en consideración ello, esta investigación se realizará a través de dos instrumentos, con preguntas que usted responderá con la mayor honestidad, en la que tendrá un tiempo de 30 minutos, pero podrá tomar el tiempo que necesite para culminar sus respuestas. Recuerda que no hay respuestas buenas ni malas.

Se firma el presente, habiendo accedido a participar en este estudio, conociendo los objetivos y fines de la investigación, y procediendo a desarrollar los instrumentos denominados:

1. Se aplicará el Instrumento N° 1 Resfor
2. Se aplicará el Instrumento N° 2 LCHS

Su participación es absolutamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Las respuestas son anónimas, por lo que no se están consignando nombres ni apellidos en los instrumentos.

Lugar y fecha: Huanuco, 18 de Junio del 20



FIRMA

ANEXO 6
VIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

