



**UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP**

**FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**HABILIDADES SOCIALES Y RESILIENCIA EN  
ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO DE SECUNDARIA  
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUBLICA ANTONIA  
MORENO DE CÁCERES, SAN JUAN DE LURIGANCHO  
2021.**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTORES:**

**Bach. CEVALLOS ASENCIOS, INGRID SUSAN**

**Bach. MACUKACHI PAYANO, GLORIA**

**LIMA – PERÚ**

**2021**

**ASESOR DE TESIS**

---

**Dr. Y. EUGENIO CRUZ TELADA**

**JURADO EXAMINADOR**

---

**Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE**  
**Presidente**

---

**Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO**  
**Secretario**

---

**Dr. WILLIAM MIGUEL MOGROVEJO COLLANTES**  
**Vocal**

## **DEDICATORIA**

A nuestra familia, porque es nuestra gran motivación y parte fundamental para el desarrollo de nuestra investigación.

Ellos me dieron la fuerza y apoyo en momentos de debilidad, su amor incondicional y su confianza para lograr este sueño alcanzado.

## **AGRADECIMIENTO**

Nuestro agradecimiento inicial a Dios por este logro, por darnos salud y paciencia para superar las dificultades, por darnos fuerza y enseñarnos a conservar la calma en momentos de debilidad.

A nuestros padres por darnos la vida, por amarnos como somos y por confiar en nosotras en esta larga y ardua carrera.

A nuestra familia, esposo e hijos, quienes son la razón de nuestra continua lucha y superación, muchas gracias por su comprensión y paciencia en estos largos años de ausencia donde teníamos que dividir nuestros tiempos entre la familia, el trabajo y los estudios.

A nuestros profesores por sus enseñanzas impartidas durante nuestra formación profesional, a nuestros compañeros de aula porque también formaron parte de nuestro desarrollo profesional.

## RESUMEN

El objetivo de la investigación fue demostrar la relación entre las habilidades Sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021". El estudio fue de tipo de aplicada, nivel descriptivo-correlacional, diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, se emplearon los instrumentos: escala de habilidades sociales de Goldstein y escala de resiliencia de Wagnild y Young. Los datos recopilados fueron procesados en el programa estadístico SSPS 23.0. La prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov determinó que los datos, para precisar que los datos difieren de una distribución normal, es decir son no paramétricas, de modo que se empleó el estadístico de correlación de rangos de Rho de Spearman. Como resultado, se observó el valor de correlación. En conclusión, se puede afirmar que, de acuerdo al valor de  $\rho = 0,791$  y  $p\text{-valor}=0,000<0,05$  existe una correlación positiva alta y significativa entre habilidades sociales y resiliencia. Asimismo, en relación a los objetivos específicos, se observó que la variable habilidades sociales se correlacionan con las siguientes dimensiones: satisfacción personal ( $\rho=0,644$ ;  $p=0,000<0,05$ ); con la ecuanimidad ( $\rho=0,517$ ;  $p=0,000<0,05$ ); sentirse bien solo ( $\rho=0,541$ ;  $p=0,000<0,05$ ); confianza en sí mismo ( $\rho=0,659$ ;  $p=0,000<0,05$ ) y, finalmente perseverancia; por lo que se puede afirmar que existe una correlación positiva moderada y significativa en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho.

**Palabras clave:** habilidades sociales, habilidades alternativas, afrontamiento.

## ABSTRACT

The objective of the research was to demonstrate the relationship between social skills and resilience in fourth and fifth grade students of the Antonia Moreno De Cáceres Educational Institution, San Juan de Lurigancho 2021". The study was applied type, descriptive-correlational level, non-experimental design. The sample consisted of 120 fourth and fifth grade high school students to whom the Goldstein social skills scale and the Wagnild and Young resilience scale were applied as instruments. The data collected was processed in the statistical program SSPS 23.0. The Kolmogorov - Smirnov normality test determined that the data, to specify that the data differ from a normal distribution, that is, they are non-parametric, so the Spearman's Rho rank correlation statistic was used. As a result, the correlation value was observed. In conclusion, it can be stated that, according to the rho value = 0.791 and  $p\text{-value}=0.000<0.05$ , there is a high and significant positive correlation between social skills and resilience. Likewise, in relation to the specific objectives, it was observed that the social skills variable correlates with the following dimensions: personal satisfaction ( $\rho=0.644$ ;  $p=0.000<0.05$ ); with equanimity ( $\rho=0.517$ ;  $p=0.000<0.05$ ); feeling good alone ( $\rho=0.541$ ;  $p=0.000<0.05$ ); self-confidence ( $\rho=0.659$ ;  $p=0.000<0.05$ ) and finally perseverance; Therefore, it can be affirmed that there is a moderate and significant positive correlation in the fourth and fifth grade students of the Antonia Moreno De Cáceres Educational Institution, San Juan de Lurigancho.

**Keywords:** Social skills, alternative skills, coping.

## ÍNDICE DE CONTENIDO

CARÁTULA .....	i
ASESOR DE TESIS .....	ii
JURADO EXAMINADOR.....	iii
DEDICATORIA .....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
RESUMEN .....	vi
ABSTRACT.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
ÍNDICE DE FIGURAS .....	xii
INTRODUCCIÓN .....	xiii
<b>I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>15</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	15
1.2. Formulación del problema .....	17
1.2.1. Problema general .....	17
1.2.2. Problemas específicos.....	17
1.3. Justificación del estudio.....	18
1.4. Objetivos de la investigación .....	19
1.4.1. Objetivo general.....	19
1.4.2. Objetivos específicos.....	20
<b>II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>21</b>
2.1. Antecedentes de la investigación .....	21
2.1.1. Antecedentes nacionales.....	21
2.1.2. Antecedentes internacionales.....	24
2.2. Bases teóricas de las variables .....	26
2.2.1. Habilidades sociales .....	26
2.2.2. Resiliencia .....	34
2.3. Definición de términos básicos.....	40
<b>III. MÉTODOS y MATERIALES.....</b>	<b>43</b>
3.1. Hipótesis de la investigación .....	43
3.1.1. Hipótesis general .....	43

3.1.2. Hipótesis específicas .....	43
3.2. Variables de estudio .....	43
3.2.1. Definición conceptual.....	44
3.2.2. Definición operacional .....	44
3.3. Tipo y nivel de la investigación .....	44
3.3.1. Tipo de investigación .....	44
3.3.2. Nivel de investigación .....	45
3.3.3. Diseño de la investigación .....	45
3.4. Población y muestra de estudio.....	46
3.4.1. Población .....	46
3.4.2. Muestra.....	46
3.4.3. Muestreo.....	46
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	46
3.5.1. Técnicas de recolección de datos.....	46
3.5.2. Instrumentos de recolección de datos .....	47
3.6. Métodos de análisis de datos .....	50
3.7. Aspectos éticos. ....	51
<b>IV. RESULTADOS .....</b>	<b>52</b>
4.1. Descripción de la muestra .....	52
4.2. Descripción de las variables.....	55
4.3. Comprobación de hipótesis .....	62
<b>V. DISCUSIÓN .....</b>	<b>69</b>
5.1. Análisis de discusión de resultados.....	69
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>74</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>76</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>78</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>83</b>
Anexo 1. Matriz de consistencia .....	84
Anexo 2. Matriz de operacionalización .....	85
Anexo 3. Instrumentos .....	86
Anexo 4. Validación de los instrumentos .....	91
Anexo 5. Matriz de datos .....	102

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Fiabilidad de Alfa de Cronbach.....	48
Tabla 2.	Descripción por edad de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	52
Tabla 3.	Descripción por sexo de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	53
Tabla 4.	Descripción por grado de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	54
Tabla 5.	Habilidades sociales de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	55
Tabla 6.	Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	56
Tabla 7.	Satisfacción personal en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	57
Tabla 8.	Ecuanimidad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	58
Tabla 9.	Bienestar por sentirse solo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	59
Tabla 10.	Confianza en sí mismo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	60
Tabla 11.	Perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	61

Tabla 12. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.....	62
Tabla 13. Rangos de correlación.....	63
Tabla 14. Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la resiliencia .....	63
Tabla 15. Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la satisfacción personal.....	64
Tabla 16. Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la ecuanimidad .....	65
Tabla 17. Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y sentirse bien sólo .....	66
Tabla 18. Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la confianza en sí mismo.....	67
Tabla 19. Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y perseverancia.....	68

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Edades de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de SJL. ....	52
Figura 2. Sexo de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	53
Figura 3. Grado de estudios de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	54
Figura 4. Nivel de habilidades sociales de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	55
Figura 5. Nivel de resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	56
Figura 6. Nivel de satisfacción personal en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho .....	57
Figura 7. Nivel de ecuanimidad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	58
Figura 8. Nivel de bienestar por sentirse solo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho .....	59
Figura 9. Nivel de confianza en sí mismo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho .....	60
Figura 10. Nivel de perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho.....	61

## INTRODUCCIÓN

Esta investigación contribuyó con nuevos aportes teóricos relacionados con las habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021". Siendo que, las habilidades sociales, conceptualizado por Goldstein (1980), define a las habilidades sociales como un conjunto de habilidades y capacidades, variadas como específicas, para el contacto interpersonal y la situación de problemas de índole interpersonal, así como socioemocional, desde actividades de carácter básico hacia otras de características avanzadas del mismo modo Goldstein, Sprafkin; son fundamentos que sirvieron para la relevancia social de la investigación realizada, asimismo fueron las razones, que han sido el fundamento, para utilizar como métodos de investigación las técnicas de observación y las psicométricas de la Escala de habilidades sociales de Goldstein y la Escala de resiliencia de Young.

Los estudiantes de la referida Institución educativa, a través de diferentes manifestaciones de conducta, deben mejorar las conductas que denoten habilidades sociales y que repercutan en las diferentes conductas resilientes que manifiestan en sus relaciones interpersonales. Estas conductas de ofensas verbales, físicas, insultos, que exteriorizan en los ámbitos de la institución educativa fue una muestra de la problemática de la carencia o bajo nivel de habilidades sociales en la que se encuentran los adolescentes de nuestra sociedad, tanto como estos estudiantes en estudio; es por ello que se debe tener en cuenta la formación escolar de un buen nivel de las habilidades sociales básicas, así como las avanzadas, y aquellas conductas habilidosas que le ayuden a controlar la agresividad, así como los niveles de estrés, y puedan planificar sus diferentes formas de relaciones intra e interpersonales, que influirá de forma positiva en las conductas resilientes de los estudiantes en estudio tanto en el ámbito educativo, social y sobre todo en el aspecto personal de los adolescentes, que ayudará en su formación de educación básica regular.

El Perú enfrenta diferentes problemáticas en el ámbito educativo siendo uno de los problemas más críticos la carencia de habilidades sociales, perjudicando

esta, el desarrollo de conductas resilientes en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria. Motivos que genero importancia y relevancia la presente investigación realizada, porque se llegó a conocer que las conductas habilidosas juegan un papel muy importante en la formación de conductas resilientes que faciliten un buen rendimiento académico.

En este estudio realizado para alcanzar los objetivos planteados, se dividió el trabajo de la siguiente manera: El primer capítulo titulado problema de investigación con el planteamiento y formulación del problema a nivel general y específico, con la justificación a nivel teórico, práctico, metodológico así, como social, con los objetivos general y específicos. En el Capítulo II, se encontró el marco teórico con los antecedentes de investigación: nacionales e internacionales, donde se realizó la fundamentación científica con las bases teóricas de las variables habilidades sociales y resiliencia, terminando este capítulo se realizó la definición de términos. En el Capítulo III, se trató sobre métodos y materiales con la formulación de la hipótesis general y específicas, las definiciones conceptuales y operacionales de las variables de estudio, el tipo y nivel de investigación, el diseño utilizado, así como la población, muestra y muestreo: se mencionaron las técnicas e instrumentos de recolección de datos, también se ha tratado de los métodos de análisis de datos, así como los aspectos éticos que normaron el estudio. En el capítulo IV, se presentaron los resultados. En el capítulo V se realizó la discusión de resultados. En el capítulo VI, abarcó las conclusiones. El capítulo VI presentan las recomendaciones. También, señalamos las referencias bibliográficas y finalmente, los respectivos anexos.

## **I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Planteamiento del problema**

El propósito de la investigación realizada fue demostrar la relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, es por esto que se consideró que los seres humanos al nacer cuentan con una capacidad de hacer frente a las demandas del ajuste de su medio, por eso los estudiantes de secundaria estando en la adolescencia en su proceso de socialización debieron desarrollar habilidades sociales y comunicativas, con conciencia crítica y propósitos para su convivencia presente y vida futura. Sin embargo, se consideró que para el desarrollo de estas capacidades fue necesario el desarrollo de otras competencias habilidosas siendo una de la más importante la resiliencia teniendo como base los fundamentos teóricos de los estudios asociados en la que se justificaron la importancia de las habilidades resilientes en el trabajo con estudiantes adolescentes. Variables de estudio resiliencia (efecto) problema.

Esta problemática en estudio nos brindó la posibilidad a nivel micro de ayudar en el acompañamiento, apoyo y educación de aquellos estudiantes con problemas de habilidades sociales básicas, las avanzadas, las relacionadas con los sentimientos, asimismo para manejar el estrés, y las de planificación en los distintos niveles educativos; perspectiva de desarrollo que se tiene en cuenta a nivel internacional, así como en las diferentes regiones de nuestro país. Alchourron et al, (Melillo, 2002), quienes sostienen que la adolescencia es una etapa de continuo cambio y desarrollo, durante la cual se adquieren nuevas capacidades, a la vez, se fijan conductas y habilidades, siendo lo más relevante que, se empieza a elaborar un proyecto de vida personal. Siendo su pensamiento formal que le permite confrontar, reflexionar, debatir, analizar y sacar sus propias conclusiones consecuentes con su realidad. Por ello, es la etapa oportuna para fortalecer las capacidades de resiliencia como uno de los factores protectores para prevenir las conductas de riesgo, reforzando sus habilidades para el proceso de aprendizaje.

Asimismo, la investigación demostró la relación entre las variables de estudio, se pudo afirmar que están ligadas al proceso de socialización del desarrollo

humano, y que, según Grotberg está incorporada en la teoría del desarrollo de Erick Erickson señalado por Infante (1989); además, lo mencionado consideró la anticipación del futuro como una habilidad adquirida que es parte de una característica resiliente, la cual está relacionada con el proyecto de vida que admite la posibilidad de anticipar una situación (García, 2002).

A nivel nacional, la carencia de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria fue alarmante visto desde la perspectiva de la formación de las familias con tendencia a la disfuncionalidad, ya que se pudo observar en la familia nuclear como en la familia extensa, se dieron casos de ausencia física y emocional de uno o ambos padres y esto nos llevó a desarrollar la falta de figuras necesaria para el buen desempeño de acciones vitales para el entorno familiar y, por ende, se produjo una carencia para la formación de conductas resilientes a nivel familiar en los estudiantes de secundaria donde se realizó el estudio, otra causal fue la falta de que, los profesores de educación secundaria no valoraron la importancia de las habilidades sociales en la formación de los estudiantes de secundaria para que contribuyeran en la formación de las conductas habilidosas que pudo ser determinantes en el aprendizaje de estas habilidades por ser el ámbito escolar un agente de socialización determinante en los estudiantes.

A nivel local se pudo afirmar que en el distrito de San Juan de Lurigancho existieron carencias de conductas habilidosas que dificultaron las relaciones interpersonales asertivas, y que no fue percibido por los miembros de la familia como conductas importantes del desarrollo humano. Y si a esta problemática se añade las carencias de conductas resilientes que fueron todas aquellas acciones que nos ayudaron a salir adelante en situaciones de adversidad, que afectaron la formación de destrezas resilientes en los adolescentes, también porque existen pocos estudios abordados de la relación de estas variables, y en vista que solo existen estudios de ambas problemáticas con otras variables de estudio.

Además, se realizó la presente investigación por haberse identificado mediante las técnicas de observación, encuestas en estudiantes del cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Pública Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho, que existen indicadores de carencias de conductas de habilidades sociales avanzadas, para control de la agresión y manejo de estrés, así

como conductas resilientes como la satisfacción personal, la ecuanimidad, los mismos que han referido no sentirse bien solos, ausencia de confianza de sí mismos, siendo estudiantes poco perseverantes, lo cual evidencia se relacionó significativamente en la formación de conductas resilientes, siendo notorio que los estudiantes de secundaria de la referida institución educativa presentaron una resiliencia media y/o baja, siendo la causa principal de estas carencias habilidades sociales que corroboró con las técnicas psicométricas al aplicar la Escala de evaluación de habilidades sociales de Goldstein y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young; es por ello que se planteó la interrogante ¿Existe relación entre las habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la institución Educativa Pública de Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho?

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

PG. ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Publica Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?

### **1.2.2. Problemas específicos**

PE 1. ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?

PE 2. ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?

PE 3. ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?

PE 4. ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión confianza

en sí mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?

PE 5. ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?

### **1.3. Justificación del estudio**

La investigación realizada presentó la justificación teórica desde el marco de la Psicología Educativa, porque permitió profundizar el conocimiento teórico en relación a la diferencia que existe en el nivel de habilidades sociales y su relación con la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, al estudiar los aportes teóricos actuales de funcionalidad familiar y de resiliencia, siendo importante porque nos permitió conocer un estado vital de las habilidades sociales y como se relacionan con los niveles de resiliencia que permitieron responder las carencias de conductas resilientes de los estudiantes cuando se enfrentaron a una situación de amenaza, que pudo ocasionar daños tanto físicos como psicológicos, basados en rasgos de personalidad y sociales que tuvo cada individuo.

La presente investigación tuvo relevancia social, puesto que, tanto las habilidades sociales y la resiliencia fueron de vital importancia para la formación integral de los adolescentes estudiantes de la institución educativa pública en estudio, los mismos que le permitieron interactuar saludablemente con sus pares, los docentes, auxiliares de educación en la institución educativa donde estudiaron, como también en la sociedad globalizada y altamente competitiva, siendo de beneficio social para la comunidad educativa ayudó a mejorar las conductas habilidosas; así como la resiliencia familiar de estos adolescentes.

Desde el punto de vista práctico a nivel educativo, la presente investigación tuvo relevancia porque las conclusiones y recomendaciones permitieron a la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021, a los padres de familia, así como a los administradores de la institución educativa pública de San Juan de Lurigancho la toma de decisiones acertadas tanto a nivel

planificación educativa familiar, como también en la planificación del proyecto educativo institucional – PEI, de tal manera que se tuvo en cuenta la vital importancia de la variable habilidades sociales en los niveles de las conductas resilientes, que motive el desarrollo óptimo de comportamientos adecuados en los estudiantes con un control y manejo de los estados de satisfacción personal, la ecuanimidad, la condición de sentirse bien estando solos, la confianza en sí mismo y la perseverancia, también mejoró las dimensiones de resiliencia que permitieron incluir propuestas a partir de la revisión de los resultados como puente constante entre la familia y la institución educativa. Asimismo, a nivel práctico nos permitió elaborar propuestas que potencialicen las fortalezas habilidades sociales y de resiliencia en los educandos, tanto en los comportamientos adecuados, actitudes y percepciones, así como en los aspectos cognitivos, afectivos y psicomotrices que ayudaron a su desarrollo desde una perspectiva biopsicosocial.

Por otro lado, el estudio realizado tuvo un aporte metodológico, pues se pudo disponer de los instrumentos que se utilizaron es la Escala de habilidades sociales de Goldstein, y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young. cuyas propiedades psicométricas fueron adaptadas y estandarizadas para el uso en el medio local; con ello los futuros estudios tendrán mayor facilidad; teniendo en consideración que se realizó la validación de contenido por criterio de dos expertos en psicología y junto con el análisis estadístico se va determinar su confiabilidad con el alfa de Cronbach de ambos instrumentos de medición a emplear para la muestra en estudio, lo cual fue de importancia para su aplicación en otras investigaciones a realizar.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Demostrar la relación entre habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.

#### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.
- Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.
- Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.
- Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión confianza en si mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.
- Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.

La coherencia de la investigación se puede expresar en la correspondiente matriz de consistencia (Anexo 1).

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1. Antecedentes nacionales**

Sosa (2020), en su tesis de Licenciatura en Psicología, en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; titulada Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de instituciones públicas de San Luis de Shuaro, La Merced. Cuyo objetivo de investigación fue el estudiar la relación entre resiliencia y las habilidades sociales en un grupo de 212 estudiantes de la selva central de Junín, siendo 52% hombres que cursan desde primero hasta quinto grado de secundaria, con edades que oscilan entre los 11 y 20 años. Como instrumentos se han empleado la Escala de resiliencia para adolescentes de Prado y Del Águila (2000) y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein estandarizada por Tomás y Lescano (2003). Se encontró que la dimensión resiliencia correlaciona positivamente con las dimensiones de habilidades sociales, específicamente se obtuvo correlaciones altas con las dimensiones: habilidades frente al estrés, habilidades de comunicación, habilidades de planificación, habilidades alternativas a la violencia y habilidades relacionadas a los sentimientos. Finalmente, se encontraron diferencias significativas en las habilidades de planificación entre hombres y mujeres, puntuando más alto el segundo grupo. Palabras clave: resiliencia; habilidades sociales; escolares; educación secundaria; San Luis de Shuaro. Esta investigación fue importante considerarla porque trabajo con las dos variables de estudio, la metodología parecida, así como la muestra, los mismos instrumentos, asimismo, los resultados a los que se llegó son parcialmente similares.

Peña & Guillen (2018), en su tesis de maestría en la Universidad Cesar Vallejo titulado "Nivel de resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística Especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Condorcunca". Ayacucho – 2018. Investigación que planteó como objetivo general determinar la relación que existe entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística Especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Condorcunca". Ayacucho – 2018. La metodología estuvo dirigida por el enfoque

cuantitativo de corte no experimental, tomó el descriptivo correlacional como diseño de estudio. La población estuvo conformada por 114 estudiantes de la Carrera de Educación Artística del cual se tomó a 60 estudiantes del I y III de la especialidad Música. La encuesta se utilizó como técnica para la recolección de la información con su respectivo instrumento el cuestionario compuesto por preguntas tipo Likert. La investigación ha llegado a la siguiente conclusión: Existe relación entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales. Resultado que es corroborado con la prueba estadística de Tau b de Kendall al mostrarnos que el valor del coeficiente de correlación es 0,634, el que refleja un nivel de correlación moderada, entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales, y el valor de p (nivel de significancia) es  $0,000 < 0,05$ . ( $t_b = 0,634$ ;  $p = 000 < 0,05$ ) (Tabla 8). Palabras clave: Nivel de resiliencia / habilidades sociales. El antecedente se consideró porque se investigaron las variables funcionalidad familiar y resiliencia, siendo la metodología similar, así como la población de estudio fueron estudiantes adolescentes, habiéndose empleado los mismos instrumentos de medición.

Jiménez (2017), en su tesis de Licenciatura en la Universidad Nacional Federico Villarreal, titulada resiliencia en adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la Fundación Forge Lima Norte, 2017. El objetivo de la investigación fue identificar los niveles de resiliencia en los adolescentes y jóvenes del programa de formación y empleo de la fundación Forge Lima Norte. Fueron 156 participantes de ambos sexos quienes conformaron la muestra de este estudio cuyas edades están comprendidas entre los 18 y 24 años pertenecientes a las sedes de Ventanilla, Comas y Los Olivos. Se aplicó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER), adaptada al Perú por Castilla et al. (2014). El diseño fue no experimental de tipo descriptivo. Los resultados mostraron que el 62.4% de los evaluados se ubican en el nivel alto y medio de resiliencia cuyo factor con el nivel más alto es el de ecuanimidad. En relación al género, las mujeres presentan mayor nivel de resiliencia con respecto a los hombres quienes solo logran destacar en el factor perseverancia. No se encuentran mayores diferencias con respecto al grupo etario, pero sí con respecto a los distritos en estudio; revelándose que el grupo de Ventanilla son los que poseen el nivel más alto de resiliencia (51,8%), encontrando además a los niveles de resiliencia inversamente proporcional a los niveles socioeconómicos de los distritos en consideración. Palabras clave: Resiliencia,

adolescentes, jóvenes, género, Lima Norte. El antecedente antes mencionado se consideró porque investigo la variable resiliencia, siendo la metodología similar, así como los instrumentos de medición, la población de estudio fueron estudiantes de secundaria.

Ángeles (2016), en su tesis de maestría de la Universidad `Particular San Martín de Porres, titulada relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes de Lima Norte que planteó como objetivo del estudio determinar la relación entre resiliencia y habilidades sociales en un grupo de adolescentes. La muestra estuvo conformada por 515 estudiantes de 6to. grado de educación primaria de los distritos de Independencia y San Martín de Porres, de ambos sexos, cuyas edades fluctúan entre los 10 y 12 años; a quienes se le aplicó el Inventario de Factores Personales de Resiliencia propuesto por Salgado (2005) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein adaptada al Perú por Ambrosio (1995). El tipo de estudio es básico de nivel descriptivo correlacional, de diseño no experimental, tipo transversal. Los resultados mostraron que no existe relación significativa entre resiliencia y las habilidades sociales; si se encontraron relaciones significativas entre el factor empatía y cinco de las dimensiones de las habilidades sociales, excepto la dimensión de habilidades de planificación, así como una relación estadísticamente significativa con las habilidades sociales global. Palabras clave: factores personales, resiliencia, habilidades sociales, adolescentes. El antecedente citado fue importante porque estudio las variables resiliencia y habilidades sociales, con la metodología similar, así como la población de estudio fueron estudiantes adolescentes, utilizó el instrumento de medición de Wagnild y Young, siendo las conclusiones parecidas a las que se pretendió alcanzar.

Obregón (2018), Habilidades Sociales y Convivencia Escolar en estudiantes de la Institución Educativa Fe y Alegría N° 19 – Huaraz, 2017 Para optar el título profesional de Licenciado en Psicología. La investigación es de tipo descriptiva correlacional, argumentar y examinar en detalle y la relación, entre las variables de estudio, se consideró la muestra que fue 104 estudiantes del tercer grado de secundaria. Los instrumentos utilizados fueron el inventario de habilidades sociales del MINSA, y la escala de convivencia escolar cuyos resultados más significativos

demuestra la relación existente entre las habilidades sociales y convivencia escolar, que se obtuvo mediante la medida de coeficiente de correlación Rho de Spearman, describe la magnitud de asociación que fundan las variables mencionadas, cuyo valor es,  $r = 0,692$  interpretando se puede manifestar que la correlación es fuerte positiva, en conclusión a mayor habilidades sociales, mayor convivencia escolar o viceversa. Palabras clave: asertividad, comunicación, autoestima, respeto, participación, solidaridad, diálogo

### **2.1.2. Antecedentes internacionales**

Serrano (2018), sustentó la tesis: “Relación entre resiliencia y estrés académico en los estudiantes de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí” en la universidad central del Ecuador para optar el título de psicóloga clínica. El objetivo principal es establecer la relación entre resiliencia y el estrés académico en los alumnos de la Unidad Educativa Municipal Eugenio Espejo, Pusuquí. El marco metodológico se caracteriza por ser correlacional, no experimental y transversal, con una muestra de 150 estudiantes, de tercero de bachillerato, aplicando la escala de resiliencia de Wagnild y Young y el inventario SISCO del estrés académico. Concluyendo que, si bien la resiliencia no incide en el estrés académico esta podría ser empleada y reforzada en otras circunstancias producto de cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales que bajo la valoración del alumno fueron catalogados como situaciones adversas o de riesgo. Esta investigación tuvo importancia con mi investigación porque se trabajó con una de las dos variables y se utilizó la escala de resiliencia de Wagnild y Young.

Castellanos (2017), elaboró la tesis: “Resiliencia y maltrato psicológico” en la universidad Rafael Landívar, Guatemala, para optar el título de licenciado en psicología. El objetivo de esta investigación se centró en determinar el nivel de resiliencia en los adolescentes con maltrato psicológico. El estudio realizado fue tipo descriptivo-cuantitativo, se trabajó con 35 niños y adolescentes de 12 a 19 años de edad del juzgado de primera instancia de la niñez y adolescencia del municipio de Coatepeque, se aplicó un instrumento de manera individual, el cual demostró el nivel de cada adolescente. Se concluyó la siguiente investigación con satisfacción, ya que se pudo demostrar el nivel de resiliencia que cada adolescente posee, siendo este en su mayoría niveles de resiliencia alta y cero en niveles bajos, esto

demuestra que cada uno como seres humanos poseemos la capacidad de sobresalir ante cualquier tipo de adversidad, así mismo se recomienda que se siga cultivando este tipo de capacidad en cada una de las personas, pero sobre todo fomentarlo en el núcleo familiar. El referido antecedente fue importante para el estudio a realizar porque estudio la variable resiliencia, su metodología fue similar, así como la población de estudio fueron estudiantes adolescentes, siendo las conclusiones la generación de violencia que fue un aporte para la investigación.

Hendrie (2015) en Montemorelos – México, realizó el estudio “Cohesión familiar, adaptabilidad y su incidencia en la resiliencia de adolescentes”, el objetivo fue determinar la influencia de la cohesión y adaptabilidad familiar percibida por los adolescentes sobre los niveles de resiliencia. La investigación fue cuantitativa y transversal, la población fue de 336 adolescentes. Los instrumentos utilizados fueron, el *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales (FACES III)* y un cuestionario de resiliencia. Concluyó: La cohesión y adaptabilidad familiar son predictores significativos de la resiliencia en adolescentes. Existe correlación significativa de los factores protectores internos de la resiliencia, el factor empatía y la resiliencia total según la edad del adolescente. Este antecedente fue importante por la variable de funcionalidad familiar y resiliencia, su metodología fue similar, así como la población de estudio fueron estudiantes adolescentes, utilizo el mismo instrumento de medición de la Escala de cohesión y adaptabilidad familiar, con conclusiones parecidas a las que se alcanzó.

Restrepo (2017) Guainía Venezuela en la investigación Desarrollo de las habilidades sociales en los niños del grado tercero de la Institución Educativa Luis Carlos Galán Sarmiento, y del Instituto Integrado Custodio García Rovira del Municipio de Inírida, Departamento del Guainía. El ejercicio investigativo se inscribe dentro del paradigma cualitativo, ya que estuvo centrado en la dinámica e interacción social de los niños y niñas participantes. Los hallazgos y las observaciones dieron pautas para identificar características diferenciales entre los mismos niños y las Instituciones Educativas a las que pertenecen; permitiendo de esta manera, indagar sobre las formas de socialización que a diario presentan los niños, a nivel de conducta, roles sociales, situaciones académicas y comportamentales. Logrando identificar entre otros aspectos, que los niños y niñas

con problemas o dificultad para autorregular sus propias habilidades sociales, presentan un déficit en el proceso de aprendizaje y en las relaciones con los otros. Palabras clave: Habilidades sociales, Multiculturalidad, cultura indígena.

Sibalde, Monteriro y Brazil (2020) Factores relacionados con la resiliencia de adolescentes en contextos de vulnerabilidad social: revisión integradora. Los factores que fortalecen la resiliencia social es el apoyo de familiares, amigos, profesores, aspectos culturales y religiosos y los factores de riesgo son la violencia, la drogadicción, la falta de seguridad y apoyo institucional precario. El entendimiento de la resiliencia y especificidades que describen las condiciones de salud de los adolescentes en situación de vulnerabilidad social deben ser considerados para reorientar actividades interdisciplinarias e intersectoriales para la promoción de la salud de este grupo poblacional. Palabras clave: Resiliencia Psicológica; Vulnerabilidad Social; Adolescente; Salud del Adolescente; Factores Protectores; Enfermería em Salud Comunitaria.

## **2.2. Bases teóricas de las variables**

### **2.2.1. Habilidades sociales**

Para el estudio realizado se consideró necesario definir algunos términos que ayudaron a comprender la funcionalidad familiar, por lo que se pasa a definir a continuación:

Camacho y Camacho (2005), define las habilidades, conductas y destrezas aprendidas por las personas y la sociedad que se ha desarrollado durante muchos años, es un desarrollo en la parte educativa que se emplea de acuerdo al tiempo académico por el cual la las diversas interrelaciones con la sociedad de acuerdo a sus espacios que competen con el estudio. Es así que los requisitos o las estipulaciones de las circunstancias son desventajosas y genera un desequilibrio personal, logrando un obstáculo emocional y social.

Las habilidades sociales son las destrezas y conductas aprendidas por las personas, las cuales le permiten llevar una vida efectiva y satisfactoria en lo personal como en lo interpersonal, donde la ausencia de un desarrollo adecuado implicaría la ausencia de competencia social (Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein, 1989).

### **2.2.1.1. Definiciones de habilidades sociales**

Goldstein (1980), define a las habilidades sociales como un conjunto de habilidades y capacidades variadas como específicas para el contacto interpersonal y la situación de problemas de índole interpersonal, así como socioemocional, desde actividades de carácter básico hacia otras de características avanzadas.

Gershaw y Klein (1989), definen a las habilidades sociales como el conjunto de hábitos, conductas, pensamientos y emociones que disponemos para relacionarnos con los demás. Aunque existen factores personales constituyentes (temperamento, género, atractivo físico) y psicológicos (cognitivos, afectivos, conductuales) que determinan en gran medida la conducta social de un individuo, esta se modela y actualiza: son aprendidas gradualmente, con la educación, las vivencias cotidianas y la experiencia que dan los años.

Caballo (1986), las define como un conjunto de conductas emitidas por el individuo en un contexto interpersonal que expresa sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones, derechos de un modo adecuado a la situación, respetando así esas conductas en los demás y resolviendo generalmente los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Las habilidades sociales son el resultado de un proceso de aprendizaje que continuará a lo largo del ciclo vital a medida que la persona se va relacionando con su medio ambiente. Sin embargo, cuando las condiciones ambientales son desfavorables pueden ocurrir déficits en estas habilidades; la importancia de las habilidades sociales radica en ser un componente fundamental para el aprendizaje escolar, y el desenvolvimiento socioemocional (Dascanio, Prette, Barham, Rodrigues, Fontaine, & Prette, 2015).

### **2.2.1.2. Las habilidades sociales en la adolescencia**

Según Martínez (2007), el desarrollo en las unidades formativas de ser humano es amplio e inseguro en los actos de uno. Los cambios biológicos posibilitan un mayor comprensión, complejidad y desarrollo de cada capacidad en la parte mental y físicamente que conlleva a la competencia, dejando progresivamente

los comportamientos propios de la niñez para adoptarse a comportamientos superiores y desafiantes de las normas sociales. Habitualmente los textos educativos explican las diversas actividades tanto en las destrezas y capacidades que origina un "conjunto de comportamientos eficaces en las relaciones interpersonales" y por ello se amplía más con las conductas, ideas, emociones, deberes, y satisfacciones, entre otros a desarrollar una calidad de vida, por ello es importante y válido con los miembros de una organización en la parte educativa.

Algunos estudios realizados en adolescentes señalan la importancia de las habilidades sociales para lograr una mejor adaptación al medio en el que se encuentran. Coronel, Levin y Mejail (2011) los comportamientos prosociales favorecen el desarrollo de la autoestima y el bienestar psicológico; al analizar las habilidades sociales en adolescentes tempranos según nivel socioeconómico y sexo, hallaron diferencias significativas entre los grupos estudiados en cuanto a la prevalencia de las habilidades sociales facilitadoras de la socialización donde las mujeres de nivel socioeconómico bajo presentan mayores índices de Ansiedad/Timidez en las relaciones sociales que sus pares del sexo opuesto.

En diferentes estudios como el de Cárdenas y Alarcón (2015); Coronel et al., (2011) y; Morales, Benites y Agustín (2013) se encontró que las habilidades sociales en la población adolescente se encuentran en nivel medio. Por otro lado, Cohen, Caballero, Hormigo y Mejail (2013) señalan que las habilidades sociales en adolescentes de 10, 11 y 12 años se encuentran en proceso de desarrollo.

El desarrollo de las habilidades sociales fue relacionado a los procesos evolutivos, en la primera infancia predominan las habilidades para iniciar y mantener una situación de juego pero a medida que el niño avanza en edad se fue incorporando y desarrollando las habilidades verbales y las de interacción; así como el conocer, establecer y respetar las reglas de juego; en los años escolares se fueron relacionando con otros niños con características diversas similares o no, donde las habilidades como saludar, realizar y recibir críticas, ofrecer ayuda, expresar opiniones, tener la capacidad para resistir a las presiones grupales.

### **2.2.1.3. Dimensiones de las habilidades sociales**

Goldstein (1978), clasifica como dimensiones de las habilidades sociales y son estas las que se está considerando para la investigación a realizar y que se para a detallar:

- a) **Primeras habilidades sociales:** atender, comenzar una conversación, mantener una conversación, preguntar una cuestión, dar las gracias, presentarse a sí mismo, presentar a otras personas, saludar.
- b) **Habilidades sociales avanzadas:** pedir ayuda, estar en compañía. dar instrucciones, seguir instrucciones, discutir, convencer a los demás.
- c) **Habilidades para manejar sentimientos:** conocer los sentimientos propios, expresar los sentimientos propios, comprender los sentimientos de los demás, afrontar la cólera de alguien. expresar afecto, manejar el miedo, recompensarse por lo realizado.
- d) **Habilidades alternativas a la agresión:** pedir permiso. compartir algo, ayudar a los otros, negociar, emplear el autocontrol, defender los derechos propios, responder a las bromas. evitar pelearse con los demás, impedir el ataque físico.
- e) **Habilidades para el manejo de estrés:** exponer una queja, responder ante una queja, deportividad tras el juego, manejo de situaciones embarazosas, arreglárselas cuando lo dejan solo, ayudar a un amigo, responder a la persuasión. responder al fracaso. manejo de mensajes contradictorios, manejo de una acusación, prepararse para una conversación difícil, manejar la presión de grupo.
- f) **Habilidades de planificación:** tomar iniciativa, decir qué causó un problema, establecer una meta, decidir sobre las habilidades propias, recoger información, ordenar los problemas en función de su importancia, tomar una decisión, concentrarse en la tarea.

#### **2.2.1.4. *Importancia de las habilidades sociales en los adolescentes***

El desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes estuvo recibiendo una enorme atención clínica, educativa y de investigación. Ello se debió a varios factores. En primer lugar, las investigaciones retrospectivas han encontrado relaciones sólidas entre la competencia social en la infancia y el posterior funcionamiento social, académico y psicológico. Los educadores reconocieron la importancia crítica de las habilidades sociales y de los comportamientos interpersonales como requisitos para la buena adaptación en la vida. En tercer lugar, los comportamientos desagradables y desadaptados que muestran los niños son nocivos no para los adultos sino especialmente para el desarrollo de unas buenas relaciones con los compañeros y para el rendimiento escolar satisfactorio. Podemos afirmar que, en los comportamientos interpersonales de los adolescentes juega un papel vital la adquisición de reforzamientos sociales, culturales y económicos. Los adolescentes que carecieron de los apropiados comportamientos sociales en la familia, escuela, experimentan aislamiento social, rechazo y, en conjunto, menos felicidad. La competencia social tiene una importancia crítica tanto en el funcionamiento adaptativo presente (asunción de normas sociales) como en el desarrollo futuro del niño.

#### **2.2.1.5. *Componentes de las habilidades sociales***

Los componentes de las habilidades sociales vienen determinados por variables de la persona, factores ambientales y la interacción entre ambos, por lo tanto, las dimensiones son:

**Componente conductual (tipo de habilidad):** Los componentes conductuales son no verbales (mirada, contacto ocular, sonrisa, gestos, postura corporal...); paralingüísticos (cualidades de la voz como el volumen, claridad, timbre, velocidad...); y verbales (de contenido como peticiones, consentimiento, alabanzas, preguntas...) y conversación en general.

**Componente personal (habilidades cognitivas, afectivas y fisiológicas):** Expresión de emociones como la ansiedad, ira. Manifestaciones fisiológicas como la presión sanguínea, ritmo cardiaco, relajación.

**Componente situacional (contexto ambiental):** problemas, conflictos, auto observación, autocontrol.

### **2.2.1.6. Teorías de las habilidades sociales**

Argyle y Kendon (1967) describieron el modelo psicosocial básico de las habilidades sociales, en el cual se detalla el proceso de desarrollo de estas. Este se basa en el rol que la persona cumple y su consiguiente interacción con procesos de percepción y cognición, así como de las acciones motoras a ejecutar. Este modelo parte de la premisa que plantea la relación hombre-máquina, la cual sostiene que las habilidades requeridas para darle un uso efectivo a un equipo, pueden ser utilizadas en la misma manera para entablar relaciones sociales con las demás personas logrando realizar una mejor tarea juntos, relación hombre-hombre. El proceso de las habilidades sociales denota una serie de pasos a seguir para que se desarrolle eficazmente. En primer lugar, determinar claramente los objetivos que se desean conseguir con la conducta. Luego, se debe realizar una percepción selectiva de las señales sociales que brinda la otra persona con la que se desarrolla la interacción, resaltando las formas de comunicación no verbal como las expresiones y micro expresiones. Después de percibir estas señales, se le deben asignar un significado que, generalmente es de carácter emocional. Ante ello, se plantean opciones de conductas y se le asignan valores con el fin de elegir la que mejor se acomode a la situación del momento.

Bandura (1987) planteó la teoría del aprendizaje social, en la cual indica que la conducta se ve determinada por una constante y bilateral relación entre los factores psicológicos personales y los del ambiente. Anteriormente, realizó investigaciones sobre la agresión en niños en donde describe la imitación o aprendizaje observacional como elemento que influye en la conducta y el cual debe ser analizado. Demostró que la imitación se da sin necesidad de un incentivo o refuerzo, incluso cuando la conducta de la persona que sirve de modelo es castigada. También, resalta que las expectativas de éxito o de fracaso de la persona juegan un papel fundamental en el cumplimiento de sus objetivos ya que, pueden manejar su conducta con auto reforzamiento. En esta línea, las habilidades sociales son producto del aprendizaje observacional, el refuerzo, el feedback interpersonal y de los procesos cognitivos. De esta manera, para un adecuado desarrollo de las habilidades sociales se debe identificar las conductas a realizar en la situación específica, observar y ejecutar estas, tener una evaluación de su

efectividad, retener el éxito conseguido y asimilar las nuevas acciones como parte de su conducta regular.

McFall (1982) postuló que la competencia social es la realización de una conducta efectiva de la persona en un contexto social. El modelo de las habilidades sociales se desglosa en categorías correlativas, las cuales son: habilidades de descodificación de los estímulos entrantes de acuerdo a la situación, esto describe el ingreso de la información mediante los órganos de los sentidos; la percepción de los estímulos, que incluye identificar claramente los más relevantes; y finalmente la interpretación de estos en base a las experiencias previas de la persona, darle un significado y por ende elegir la conducta más adecuada a la situación. Ahora bien, estas respuestas brindadas a manera de conductas deben pasar por una evaluación, en las que la manera y las consecuencias que se obtuvieron se comparan con las expectativas que se tenían, con el fin de mejorar para situaciones próximas. Estas últimas se usan como evaluación de la conducta global de la persona en una tarea específica, y esta debe ser correcta para considerarse como competente. Por otro lado, las habilidades son las conductas específicas que se necesitan para realizar de manera competente una tarea. Se hace hincapié en que estas son innatas, pero también pueden ser entrenadas para su desarrollo.

Gismero (2002) sostuvo que las habilidades sociales son una serie de conductas verbales y no verbales, medianamente independientes y situacionalmente determinadas; mediante las cuales la persona demuestra en una situación interpersonal sus emociones, necesidades, gustos, opiniones, entre otros sin sentirse ansiosa y de forma no aversiva, respetando a los demás. Asimismo, describió la conducta asertiva como un grupo de habilidades que son aprendidas y que la persona las revela en una relación social; estas habilidades son particulares y se manifestarán en situaciones específicas y determinadas por factores personales, del ambiente y fruto de la interacción. Además, las habilidades sociales se fundamentan en tres componentes: la dimensión conductual, que incluye al tipo de respuesta que brinde la persona en una situación determinada, la dimensión cognitiva, siendo la forma de interpretación de las señales sociales y la dimensión situacional, variando de acuerdo al contexto en el que se desarrolla la interacción. Ante esto planteó seis factores: autoexpresión en situaciones sociales, tener la

capacidad de manifestarse en diversos contextos; defensa de los propios derechos como consumidor, actuando de manera asertiva; expresión de enfado o disconformidad, buscando llegar a una solución armoniosa; decir no y cortar interacciones, que no se desean continuar; hacer peticiones, de favor y en situación de consumo; e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, manteniendo conversación y poder decir un cumplido. Finalmente, explicó que la conducta asertiva es pluridimensional, dando a entender que la persona puede desenvolverse con adecuadas habilidades sociales para una situación específica, pero, puede no saber cómo actuar en una muy diferente.

#### ***2.2.1.7. Modelo derivado de la Psicología Social: Teoría de Roles***

Fernández y Carroble (citado en Salvador, 2016), autores del enfoque, conceptualizan las habilidades sociales como “capacidad que el individuo posee de percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general, especialmente a aquellos que provienen del comportamiento de los demás”. Igualmente, refieren que dicha interacción se relaciona con la conceptualización de rol, dado que las habilidades sociales “exigen la captación y aceptación del rol del otro y del rol generalizado y la comprensión de los elementos simbólicos asociados a sus reacciones (verbales y no verbales)”. Es síntesis, la teoría de roles expone el papel que cumplen las expectativas abocadas al auto rol y al de los demás en el contexto social (p.56).

#### **Modelo Cognitivo**

En el año 1983, Ladd y Mize (citado por Bautista y Kjuro, 2017) estiman que las habilidades sociales son la “habilidad para organizar cogniciones y conductas en un curso integrado de acción dirigido hacia objetivos interpersonales o sociales que sean culturalmente aceptadas”, por tanto, en un efectivo manejo social es imprescindible conocer: el objetivo para interaccionar socialmente, los métodos apropiados para conseguir el propósito social y el medio en el que una estrategia determinada debe ser debidamente aplicada. Asimismo, no es suficiente conocer acerca de las conductas, sino también se requiere ser competente de instaurarlas,

destacando la significancia de los factores comunicacionales y su relación con los aspectos culturales, las que van a determinar que un sujeto realice una determinada conducta (p.16).

### **Enfoque interactivo**

Este enfoque tiene diversos autores, entre los cuales se mencionan el aporte de Mc Fall (citado en Lárraga, 2017). Según el autor las habilidades sociales son producto del aspecto cognitivo y conductual, los cuales comienzan con una apreciación apropiada de estímulos interpersonales relevantes, para poseer un procesamiento flexible y así analizar probables alternativas de respuesta, seleccionando la mejor, para finalmente emitirla o expresarla. Sin embargo, desde este enfoque, la interacción entre sujeto y ambiente son relevantes para desarrollar las Habilidades Sociales, por lo que dicha interrelación es inevitable, implicando al sujeto como un ser activo que busca, que da sentido a las diversas circunstancias generando un feedback constante con la situación, es decir, que ambos elementos (individuo y circunstancia) interaccionan de manera dinámica y continua. (p.66).

### **2.2.2. Resiliencia**

Para la presente investigación fue necesario considerar algunas definiciones más significativas de la variable Resiliencia que facilite comprender mejor esta problemática en estudio:

Wagnild y Young (1993) define la resiliencia como una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. También, puede entenderse como la capacidad de una persona, que a pesar de las condiciones de vida adversas y a las frustraciones que atraviesa, puede superarlas y salir de ellas fortalecido e incluso transformado.

Galarza (2012), sostiene que la resiliencia es la capacidad para transformar situaciones difíciles en oportunidades para crecer; contrarrestar de algún modo la vulnerabilidad a la que está predispuesto el adolescente por los cambios que suceden en esta etapa, más aún en la actualidad, donde esta situación se agrava, por las múltiples ocupaciones que poseen los padres, y la escasa calidad y cantidad

de tiempo que dedican a sus hijos, además de los inadecuados modelos sociales que muestran los medios de comunicación, la sociedad consumista y hedonista.

Luthar, Cichetti y Becker (2000), Estos autores refieren que la resiliencia es un proceso de adaptación positiva a contextos de adversidad y los resumen en cuatro grandes categorías: (1) Ambigüedad y variaciones en las definiciones y en el uso de la terminología; (2) Variaciones en el funcionamiento psicológico entre áreas y entre situaciones de riesgo en niños resilientes; (3) Inestabilidad en el fenómeno de resiliencia; (4) Controversia de carácter teórico que pone en duda la utilidad científica del concepto de resiliencia.

Mauricio (2010) Utiliza el vocablo resiliencia con un término latín “resilio”, que significa volver en un salto y rebotar. Claramente este término fue adaptado para caracterizar a las personas que, a pesar de vivir en situaciones de adversidad, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos.

Para la investigación que se va realizar se asumirá la definición de Wolin y Wolin (1993) quienes refieren que la resiliencia es la capacidad de sobreponerse, soportar las penas y enmendarse uno mismo. Sostienen que el desarrollo de la resiliencia depende de la etapa de evolución, haciéndose más fuerte y consistente a medida que se desarrolla el individuo.

Considerando las definiciones antes mencionadas se pudo considera que las conductas resilientes de los estudiantes de secundaria fueron aquellas que pueden responder a la adversidad, por una parte, manteniendo la calma y el desarrollo personal normal a pesar de los problemas y por otra parte promoviendo el crecimiento y desarrollo personal y social más allá del nivel presente de funcionamiento. Es decir, se pudo afirmar que la resiliencia es la aptitud que desarrollan algunos individuos como los estudiantes, que se caracterizan y diferencian de los demás por su postura para la superación de una adversidad. En medio de esa situación particular, el estudiante es asertivo y convierte su dolor en virtud, con el fin de pensar en un mejor futuro. Por esta razón, descubrirá que en medio de una situación difícil se puede superar esa adversidad como la muerte de un familiar, la separación de sus padres y el maltrato.

Al respecto en un estudio realizado en la Universidad Peruana Unión, sobre el funcionamiento familiar y resiliencia en estudiantes de segundo a quinto de secundaria

en una institución educativa de Lima Este, se obtuvo como resultados que existe una correlación frágil entre las dimensiones cohesión, adaptabilidad y la resiliencia, es decir, que los estudiantes presentan una extrema cercanía sensible y un liderazgo restringido en su familia, por ende, han adquirido la disposición para afrontar la dificultad.

### **2.2.2.1. Características de la Resiliencia**

Florés & Grané (2010) proponen doce características de la resiliencia: que se considera importante para el presente estudio a realizar:

- Es un proceso.
- Manifiesta una interacción dinámica entre los factores implicados.
- Se desarrolla durante el ciclo de vida.
- No es una característica exclusivamente personal.
- El desarrollo y crecimiento humano influyen en la manifestación de la resiliencia
- No es una etapa concluyente.
- No es absoluta ni general.
- Implica procedimientos de restablecimiento.
- Implica al elemento fundamental del factor comunitario.
- El ser humano se considera único.
- La imperfección se valora.
- Tiene que ver con el dicho del “vaso está medio lleno”.

### **2.2.2.2. Los Pilares de la Resiliencia individual**

Wolin & Wolin (1993), especifican **siete pilares o características personales de la resiliencia** que protegen a las personas ante las situaciones adversas, los cuales son:

- **Introspección:** tiene que ver con el proceso de cuestionarse a sí mismo y responderse con sinceridad.
- **Independencia:** es aquella capacidad de establecer límites, es decir en fijar distancias emocionales y físicos entre uno mismo y el ambiente hostil pero sin aislarse.

- **La capacidad de relacionarse:** es decir, la destreza para formar vínculos íntimos y placenteros con los otros como por ejemplo la empatía, la sociabilidad.
- **Iniciativa:** tiene que ver con la capacidad de enfrentarse a los problemas y dominarlos, exigiéndose ante nuevos retos.
- **Humor:** refiere a la capacidad de encontrar algo cómico a pesar de los obstáculos y dificultades de la vida, superándolos al reírse de ello.
- **Creatividad:** hace referencia a la capacidad de utilizar el caos y el desorden para crear belleza y orden. Ello se puede evidenciar durante la infancia, que a pesar de las condiciones de alto riesgo, los niños crean juegos para expresar emociones negativas de miedo, cólera y desesperanza.
- **Moralidad:** es la capacidad de internalizar y comprometerse con los valores sociales teniendo capacidad de juicio sobre lo bueno y lo malo, es decir, tener conciencia moral.

### **2.2.2.3. Dimensiones de la Resiliencia**

Fiorentino (2018), refiere que la resiliencia presenta las siguientes dimensiones a detallar:

- 1) **Ecuanimidad.** Es una forma equilibrada de ver la vida, tomar las cosas de forma tranquila y adecuada; controlando las cualidades ante las dificultades. Esto conlleva que la persona pueda tomar decisiones controlando sus emociones al reconocer los eventos adversos y sin perder su dominio para solucionarlos.
- 2) **Perseverancia.** Contribuye a evitar la falta de ánimo y favorece la autodisciplina y la satisfacción por los logros en la vida.
- 3) **Confianza en sí mismo.** El ser humano tiene la habilidad para creer en sus capacidades que le ayudarán a vencer las adversidades.
- 4) **Satisfacción personal.** Se refiere al logro de sus necesidades, ambiciones y aspiraciones, para lograr la satisfacción familiar y vencer las adversidades; teniendo influencia positiva entre las personas de su cotidianeidad.

- 5) **Sentirse bien solo.** El ser humano es único, irreplicable y está estructurado para relacionarse con su entorno, creando una unidad de relación que aporte beneficios personales, reforzando su identidad y confianza, Su meditación lo ayudara a reflexionar y a elaborar proyectos obteniendo éxitos; en los fracasos podrán sobreponerse buscando soluciones específicas sin desanimarse.

#### **2.2.2.4. Fuentes interactivas de la resiliencia**

Según Edith Grotberg en fuentes de resiliencia; son expresiones verbales que van hacer necesarios para hacer frente a las adversidades, superarlas. De manera que se puede salir fortalecido. Estas características son consideradas importantes para la investigación que se va realizar en estudiantes de cuarto y quinto de Secundaria de una Institución Educativa Pública de Ate Vitarte (Garrido 2010).

**Yo tengo:** en mi ámbito social amigos en quienes creo y me aceptan tal como soy, que no dudan en ponerme límites para que aprender a evitar los peligros, con su conducta me muestran la manera adecuada de proceder, me enseñan a valerme solo. Están prestos ayudarme cuando estoy en peligro y enfermo.

**Yo soy:** hablan de fuerza psíquica. Soy alguien que muestra respeto por sí mismo y por el prójimo, me siento orgulloso por las cosas buenas que hago por los demás, demuestro mi amistad y de la misma manera ellos me muestran su afecto, aprecio y apego.

**Yo estoy:** hablan de las condiciones personales. Estoy preparado para hacerme cargo de mis acciones y estoy tranquilo, porque sé que todo saldrá correctamente.

**Yo puedo:** hablan de capacidad y la manera de relacionarse con los demás puedo hablar libremente de cosas que me aturden o me inquietan, busco hablar con alguien en el momento adecuado, trato siempre de dar una solución a mis problemas, trato de no hacer cosas peligrosas y busco la ayuda cuando lo necesito.

### **2.2.2.5. Tipos de resiliencia**

Bravo y López (2015), proponen la existencia de los tipos de resiliencia, a continuación, se pasa a detallar:

#### **1) Resiliencia individual:**

Según Tugade y Fredrickson, los individuos resilientes están mejor preparados para tratar con estímulos agobiantes en su entorno laboral o de estudio, están prestos y flexibles a los cambios con el fin de lograr nuevas experiencias y muestran una mejor estabilidad emocional ante situaciones adversas. Estos individuos que se enfrentan a cambios permanentes en la vida diaria y del entorno ya sean interno y externo, la resiliencia se convierte en un recurso esencial y beneficioso para lograr su bienestar.

#### **2) Resiliencia Familiar:**

Según Minuchin (30), la familia es percibida como un estilo, en donde sus integrantes están relacionados entre sí, de tal manera que desempeña interacciones mutuas donde la conducta de alguno de sus integrantes influye y esta influencia es tomada por los demás miembros del sistema. Para Black y Lobo, la resiliencia familiar está centrada en los factores protectores que facilitan el funcionamiento, el ajuste, el manteniendo, la confianza que están encaminadas a desarrollar el progreso, en tanto los factores de recuperación promueven la capacidad de recuperarse ante situaciones de dificultad (Bravo y López 2015).

#### **3) Resiliencia social o comunitaria:**

Según Suárez (31), la resiliencia social se observa cuando hay una adversidad a consecuencia la comunidad sufre produciendo desconsuelo, donde pueden haber pérdida de vidas humanas y bienes materiales, generando en ellos un sentimiento movilizador poniendo en prácticas sus capacidades fraternales, permitiendo restaurarlos perjuicios que les permitan seguir adelante de manera estable, estos pilares resilientes que permiten un equilibrio social son: el autoestima del grupo, temperamento social, identificación cultural, integridad y fraternidad.(López y Limón 2013)

#### **4) Resiliencia Educativa:**

Según Bernard (32), la resiliencia educativa, debe ser promovida en la institución educativa por ser un recurso moral que va contribuir en las cualidades de los educandos, enfocándose en variables para su construcción; la habilidad social, resolución de problemas, independencia y propósito de vida. Para Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, refieren que en las instituciones educativas se deben promover ambientes abiertos con límites claros y sencillos que impulsen el afrontamiento positivo y permitan obtener logros mediante habilidades cognitivas. Por lo tanto, estos factores determinan la construcción de la Resiliencia educativa

#### **5) Resiliencia en adolescentes:**

Según Kling, Hyde, Showers, Buswell, Robins (33), en los adolescentes un factor de protección interno sustancial es la autoestima. Por lo general, en la mayoría de los casos, los varones muestran mayor autoestima en la adolescencia, mostrando mayor interés por su propio auto atribución. Por otro lado, en el caso de las mujeres con mayor autoestima, su auto concepto es aceptado por los demás. Por otro lado, Hirsch y Dubois (33), refieren que, en la adolescencia temprana, la autoestima oscila más en función a los hábitos negativas que se reciben, como las dificultades académicas o las pérdidas de apoyo por parte redes de apoyo. Para Campbell, Chew y Scratchley, los adolescentes con una autoestima baja son más irascibles a sufrir sucesos cotidianos que los que tienen una autoestima más alta (Bel, 2015).

### **2.3. Definición de términos básicos**

**Confianza en sí mismo.** El ser humano tiene la habilidad para creer en sus capacidades que le ayudarán a vencer las adversidades (Goldstein, 2000).

**Habilidad.** Capacidad de una persona para hacer una actividad correctamente y con facilidad (Caballo, V. 2002).

**Habilidades Sociales.** Son un conjunto de conductas, asociadas a los animales, puestas de manifiesto en las relaciones con otros seres de la misma especie. En el caso de las personas, estas dotan a la persona que las posee de una mayor capacidad para lograr los objetivos que pretende, manteniendo su autoestima sin

dañar la de las personas que la rodean (Goldstein, 2000).

**Habilidades sociales avanzadas.** Es el desarrollo de las capacidades de pedir ayuda, estar en compañía. dar instrucciones, seguir instrucciones, discutir, convencer a los demás (Goldstein, 1999).

**Habilidades alternativas a la agresión.** Pedir permiso. compartir algo, ayudar a los otros, negociar, emplear el autocontrol, defender los derechos propios, responder a las bromas. evitar pelearse con los demás, impedir el ataque físico (Caballo 2002).

**Habilidades para el manejo de estrés.** Exponer una queja, responder ante una queja, deportividad tras el juego, manejo de situaciones embarazosas, arreglárselas cuando lo dejan solo, ayudar a un amigo, responder a la persuasión. responder al fracaso.

**Insight.** Como un acto propiamente cognitivo, pues implica un proceso de conocimiento y resolución de problemas, que se desarrolla mediante la confianza en las virtudes y la aceptación de las debilidades, logrando liberarse de suposiciones erradas, permitiendo un desarrollo personal, equilibrado y sano (Bowden & Jung - Beeman, 2007).

**Resiliencia.** Se define como una característica positiva de la personalidad, la cual permite resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas. Además, puede entenderse como la capacidad de una persona, que a pesar de las condiciones de vida adversas y a las frustraciones que atraviesa, puede superarlas y salir de ellas fortalecido e incluso transformado (Wagnild y Young 1993).

**Resiliencia Educativa.** Según Benard (2010), la resiliencia educativa, debe ser promovida en la institución educativa por ser un recurso moral que va contribuir en las cualidades de los educandos, enfocándose en variables para su construcción; la habilidad social, resolución de problemas, independencia y propósito de vida.

**Resiliencia Familiar.** Según Minuchin (2000), la familia es percibida como un estilo, en donde sus integrantes están relacionados entre sí, de tal manera que desempeña interacciones mutuas donde la conducta de alguno de sus integrantes

influye y esta influencia es tomada por los demás miembros del sistema.

**Resiliencia en adolescentes.** Según Kling, Hyde, Showers, Buswell, Robins (2002), en los adolescentes un factor de protección interno sustancial es la autoestima. Por lo general, en la mayoría de los casos, los varones muestran mayor autoestima en la adolescencia, mostrando mayor interés por su propio auto atribución.

### **III. MÉTODOS y MATERIALES**

#### **3.1. Hipótesis de la investigación**

##### **3.1.1. Hipótesis general**

HG. Si existe relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.

##### **3.1.2. Hipótesis específicas**

- Si existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.
- Si existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Pública Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021
- Si existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021
- Si existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión confianza en si mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.
- Si existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.

#### **3.2. Variables de estudio**

Las variables que se utilizaron para el desarrollo de la presente investigación serán (Anexo 2):

- Habilidades sociales
- Resiliencia

### **3.2.1. Definición conceptual**

#### **Habilidades sociales**

Para la presente investigación las habilidades sociales son definidas como el conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación (Caballo 2005).

#### **Resiliencia**

La resiliencia es una característica de la personalidad que otorga un vigor o fibra emocional que promueve recursos intrínsecos moduladores del efecto negativo de experiencias frustrantes, permitiendo la tolerancia, reestructuración y posterior adaptación física, mental y emocional de quien las experimenta, es así como se concluye en un fortalecimiento positivo del yo (Wagnild y Young,1993).

### **3.2.2. Definición operacional**

#### **Habilidades sociales**

La definición operacional de la variable habilidades sociales se obtendrá con la aplicación de la Escala de habilidades sociales de Goldstein con la se va a conocer las dimensiones de habilidades sociales básicas, avanzadas, para manejar sentimientos, las alternativas para la agresión, así como las habilidades para el manejo de estrés y de planificación.

#### **Resiliencia**

La definición operacional de la variable resiliencia se va a obtener con la aplicación de la Escala de Resiliencia creada por Wagnild y Young y se conocerán las variables, satisfacción personal, ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y perseverancia.

### **3.3. Tipo y nivel de la investigación**

#### **3.3.1. Tipo de investigación**

El tipo de investigación fue aplicada porque se basó fundamentalmente en los hallazgos tecnológicos de la investigación básica, ocupándose del proceso de

enlace entre la teoría y el producto información que fue un aporte para la aplicación de programas que ayudó a mejorar y controlar las habilidades sociales y resiliencia.

Sostiene al respecto que “una investigación tiene como objetivo resolver un problema o planteamiento específico se centra en la resolución de problemas en un contexto determinado, es decir, busca la aplicación o utilización de conocimientos, desde una o varias áreas especializadas, con el propósito de implementarlos de forma práctica para satisfacer necesidades concretas, proporcionando una solución a problemas del sector social (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 164).

### 3.3.2. Nivel de investigación

El estudio tuvo el nivel de investigación descriptivo correlacional, es decir, la variable a describir y relacionar fueron las habilidades sociales y resiliencia que se presentó en los estudiantes del cuarto y quinto año de secundaria de una Institución Educativa de San Juan de Lurigancho (Carrasco, 2005).

### 3.3.3. Diseño de la investigación

El diseño de la investigación fue de diseño no experimental de corte transversal, debido a que no se manipularon las variables de estudio y se realizaron en un tiempo determinado que fue de enero a junio del 2021. Siendo el diseño No Experimental conocida también como investigación ex post facto, término que proviene del latín y significa después de ocurrido los hechos. Según Hernández, et al., en la investigación ex post facto el investigador tiene que limitarse a la observación de situaciones, ya existentes dada la capacidad de influir sobre las variables y sus efectos (Hernández, et al. 2014).

Al esquematizar este tipo de investigación se ha obtenido el siguiente diagrama:

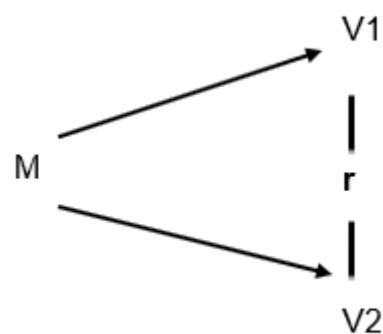
En el esquema:

M= Muestra de Investigación

V1 = Habilidades sociales

V2 = Resiliencia

r = Posible relación entre las variables



Se asume en este diseño una probabilidad del 95% de relación entre las variables.

### **3.4. Población y muestra de estudio**

#### **3.4.1. Población**

En el presente proceso de investigación la población de estudio estuvo constituida por todos los estudiantes del cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho matriculados para el año académico 2021, que son un total de 120 estudiantes.

#### **3.4.2. Muestra**

Para la presente investigación realizada por la naturaleza y relevancia la muestra estuvo conformada por la totalidad de la población de estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Pública Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, matriculados en el año académico 2021, siendo el total 120 estudiantes.

#### **3.4.3. Muestreo**

Para obtener la muestra se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que permitió al investigador seleccionar las unidades de estudio en aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos en la presente investigación. por no ser una población muy extensa.

### **3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.5.1. Técnicas de recolección de datos**

Las técnicas que se utilizaron en la presente investigación fueron:

- La Observación: técnica que, según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “Es el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos y situaciones observables, a través de un conjunto de categorías y subcategorías” (p.127).
- La encuesta: que según Carrasco (2008) se define como “una técnica de

investigación social para la indagación, exploración y recolección de datos, mediante preguntas formuladas directa o indirectamente a los sujetos que constituyen la unidad de análisis” (p.314).

- La Psicometría: esta técnica se hace uso en las investigaciones cuantitativas, a través de la aplicación de cuestionarios, escalas y/o inventarios, instrumentos que evalúa las dimensiones e indicadores de las variables habilidades sociales y resiliencia.

### **3.5.2. Instrumentos de recolección de datos**

Los Instrumentos que se emplearon para la recolección de los datos fueron (Anexo 3):

- La Escala de habilidades sociales de Goldstein.
- Escala de Resiliencia de Wagnild y Young.

#### **A. Escala de evaluación de habilidades sociales de Goldstein**

##### **Ficha técnica:**

Nombre : Lista de Chequeo de Habilidades Sociales  
Autor : Arnold P. Goldstein, New York  
Año : 1978  
Adaptador : Ambrosio Tomás (1994-1995)  
Lugar : España

**Objetivo:** Determinar la relación entre las habilidades sociales y resiliencia en los estudiantes del cuarto al quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres San Juan de Lurigancho, 2021

**Administración:** Individual y/o colectiva.

**Duración:** 20 minutos aproximadamente.

**Contenido:** Se elaboró un cuestionario de escala ordinal con un total de 50 ítems, las cuales evalúa las habilidades sociales y distribuidas en seis dimensiones: Dimensión I. Primeras habilidades sociales, dimensión II. Habilidades sociales avanzadas, dimensión III. Habilidades relacionadas con los sentimientos, dimensión IV. Habilidades alternativas a la agresión, dimensión V. Habilidades para

hacer frente al estrés, dimensión VI. Habilidades de planificación.

**La valoración.** es un proceso simple y directo, la medición lo hace el estudiante de acuerdo a su competencia o carencia cuando usa sus habilidades sociales, presente en el cuestionario. El puntaje máximo a obtener en un ítem es 5 y el valor mínimo es 1. De esta manera se pudo obtener el nivel de desarrollo de la habilidad específica del estudiante tanto en lo individual y en grupo.

**El puntaje total del cuestionario:** Que varía en función al número de ítems que responde el estudiante en cada valor de 1 a 5, como mínimo es 50 y como máximo 250 puntos.

La escala y el índice respectivo para este instrumento son como sigue:

(1) Nunca usa esta habilidad	(2) Rara vez usa esta habilidad	(3) A veces usa esta habilidad	(4) A menudo usa esta habilidad	(5) Siempre usa esta habilidad
------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

## Validación y confiabilidad del instrumento

### Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad del presente cuestionario se realizó con apoyo de la prueba coeficiente alfa de Cronbach, para considerar la seguridad interna del instrumento, se sometió a un aprueba piloto a 50 estudiantes, cuyas particularidades eran similares a la población examinada. Obtenido los puntajes totales se calculó la confiabilidad Inter elementos del cuestionario.

### Confiabilidad de la variable Habilidades Sociales

#### Tabla 1.

*Fiabilidad de Alfa de Cronbach*

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,928	50

El cuestionario de Habilidades Sociales presentó una confiabilidad de 0,928 entonces muestra una confiabilidad muy alta.

## B. Escala para medir la variable “Resiliencia”

### Ficha técnica:

<b>Nombre:</b>	La Escala de Resiliencia creada por Wagnild y Young (1993)
<b>Autor:</b>	Wagnild y Young (1993)
<b>Administración:</b>	Colectiva
<b>Tiempo de Administración:</b>	15 a 20 minutos aproximadamente
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa Pública Antonia Moreno de Cáceres San Juan de Lurigancho
<b>Significación:</b>	Percepción sobre la resiliencia
<b>Tipo de respuesta:</b>	Son en total 25 ítems, se responden en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es desacuerdo y 7 es máximo de acuerdo.

**Objetivo:** El presente cuestionario es parte fundamental de la investigación que tiene por finalidad obtener información del nivel de la resiliencia y la clasifica en tres niveles, de esa manera se podrá obtener la información en los estudiantes de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Jun de Lurigancho

**Descripción:** En total consta de 25 ítems, se responden en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es desacuerdo y 7, Asimismo el encuestado solo debe marcar una alternativa, poniendo un aspa y si marca más de una alternativa se invalida el ítem.

**Estructura:** Las dimensiones que evalúa la Escala de Resiliencia creada por Wagnild y Young son las siguientes:

Satisfacción personal:	4 ítems (16, 21, 22, 25)
Ecuanimidad:	4 ítems (7, 8, 11, 12)
Sentirse bien solo:	3 ítems (5, 3, 19)
Confianza en sí mismo:	7 ítems (6, 9, 10, 13, 17, 18, 24)
Perseverancia:	7 ítems (1, 2, 4, 14, 15,20, 23)

El instrumento que se utilizó para la presente investigación ha sido el cuestionario. Hernández (2010) menciona que “es un conjunto de preguntas que se añaden a alguna variable de la cual se pretende medir. Tiene que ser congruente con los objetivos con el problema y las hipótesis”.

De lo expresado por Sánchez & Reyes (2015) se puso a consideración de profesionales expertos la validación de los instrumentos, quienes expresaron la aplicabilidad, es decir que los instrumentos propuestos lograron medir y analizar los resultados obtenidos (ver anexo 4):

### **3.6. Métodos de análisis de datos**

En la investigación se desarrolló el análisis de datos conforme se detalla a continuación:

- Se hizo uso de las técnicas de recolección de datos basadas en el uso de encuestas (cuestionarios y encuestas) para medir las variables habilidades sociales y resiliencia en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres San Juan de Lurigancho
- Se tramitó la solicitud a la institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho. Posteriormente se presentó el asentimiento informado (Anexo 8) a los docentes y/o tutores de la institución educativa; así mismo, se coordinó con la dirección y auxiliares la fecha de recolección de la muestra, a nivel on line.
- Previamente a la recolección de los datos se informó previamente a los estudiantes en cada aula el objetivo de la investigación, evaluando a los estudiantes que deseen participar voluntariamente, por vía On line.
- Seguidamente, se elaboró la base de datos en el programa Microsoft Excel 2013, posteriormente se procedió a importarlo a SPSS versión 24 con el cual se obtuvieron las medidas de tendencia central y dispersión (media, varianza, desviación estándar, error estándar, etc.) del estudio.
- Posteriormente se evaluaron la normalidad de las muestras utilizando la prueba de Kolmogorov - Smirnov, con ella se determinó las pruebas estadísticas que se usaron para obtener los objetivos del estudio. Se utilizó

para identificar las diferencias significativas de habilidades sociales y resiliencia según sexo y edad el análisis descriptivo, así mismo para las identificar las relaciones significativas se utilizó la Rho de Spearman.

- Para evaluar las propiedades psicométricas de ambos instrumentos de medición el Escala de habilidades sociales de Goldstein y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, se utilizaron los estadísticos Alpha de Cronbach para la confiabilidad por consistencia interna ítem test. Finalmente, para identificar la validez de contenido se realizó la validez de contenido por juicio de expertos, por dos psicólogos especialistas y se usó la V de Aiken.

### **3.7. Aspectos éticos.**

Para el desarrollo de la presente investigación se tuvo en cuenta los principios éticos que fueron establecidos por la APA que norman toda investigación científica, principios que se tuvieron en cuenta en todo el proceso, tales como la protección a las personas que participaron como muestra de estudio, de todo daño respetando sus derechos fundamentales, velando por el bienestar de todo participante del estudio, con respeto y justicia, la actuación como investigadora fueron con los principios éticos, axiológicos y deontológicos contenidos en el código de ética profesional del Psicólogo Peruano, así como con lo establecido por la Ley del Ejercicio Profesional del Psicólogo Peruano, para lo cual se tuvo presente el asentimiento informado de cada participante del estudio.

Asimismo, también se consideró para el estudio realizado los principios éticos que se encuentran señalados en el código de ética de investigación de la Universidad Privada TELESUP, considerando el compromiso de autenticidad que tendrá la firma respectiva donde se asume la responsabilidad administrativa y legal de ser las autoras de la presente investigación. Así como, el compromiso de observar del antiplagio y anti similitudes.

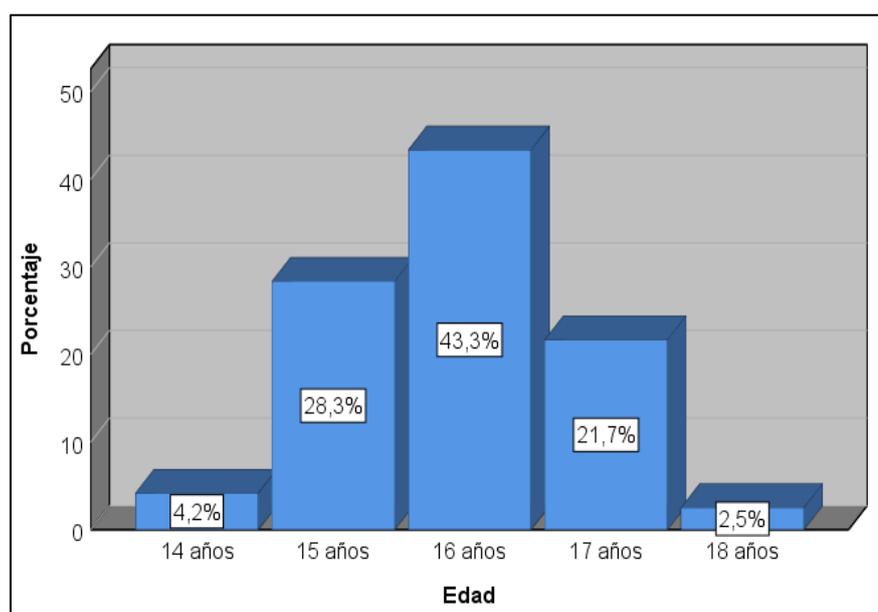
## IV. RESULTADOS

### 4.1. Descripción de la muestra

**Tabla 2.**

*Descripción por edad de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres de San Juan de Lurigancho*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
14 años	5	4,5
15 años	34	28,3
16 años	52	43,3
17 años	26	21,7
18 años	3	2,5
Total	120	100,0



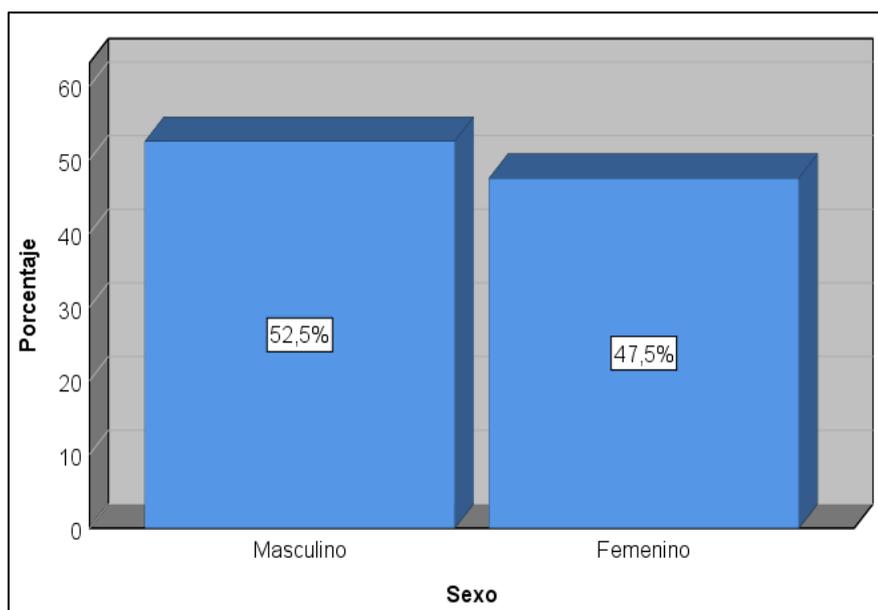
**Figura 1.** Edades de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de SJL.

Como se describe en la tabla 2 y figura 1, la mayor parte de los estudiantes de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho que conformaron la muestra tenían 16 años (43,3%), seguido de aquellos que tienen 15 años (28,3%) y 17 años (21,7%). Por otro lado, solo el 4,2% tiene 14 años y el 2,5% tiene 18 años.

**Tabla 3.**

*Descripción por sexo de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

<b>Sexo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Masculino	63	52,5
Femenino	57	47,5
Total	120	100,0



**Figura 2.** Sexo de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

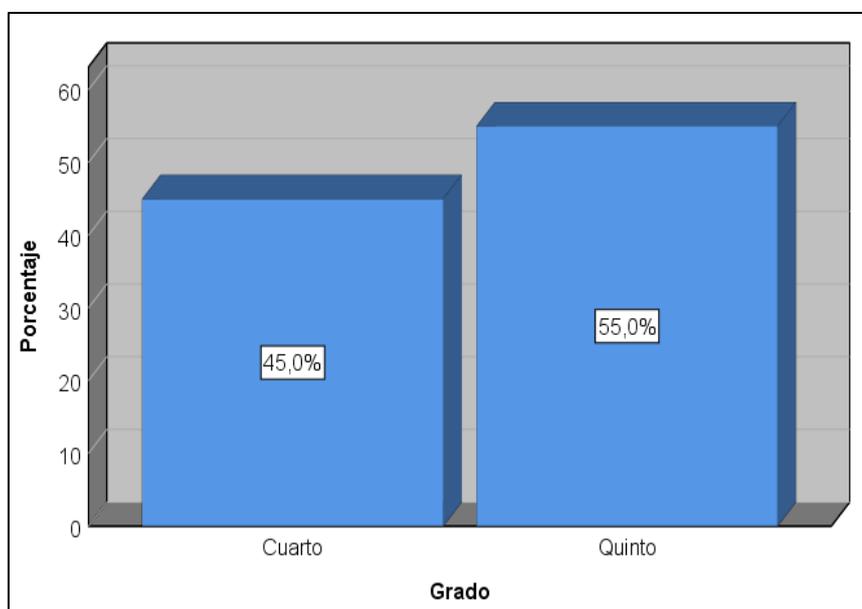
Como se observa en la tabla 3 y figura 2, la mayor parte de los estudiantes de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho que conformaron la muestra, son del sexo masculino (52,5%), aunque un importante 47,5% son del sexo femenino.

**Tabla 4.**

*Descripción por grado de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Cuarto	54	45,0
Quinto	66	55,0
Total	120	100,0

Descripción por grado de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho



**Figura 3.** Grado de estudios de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

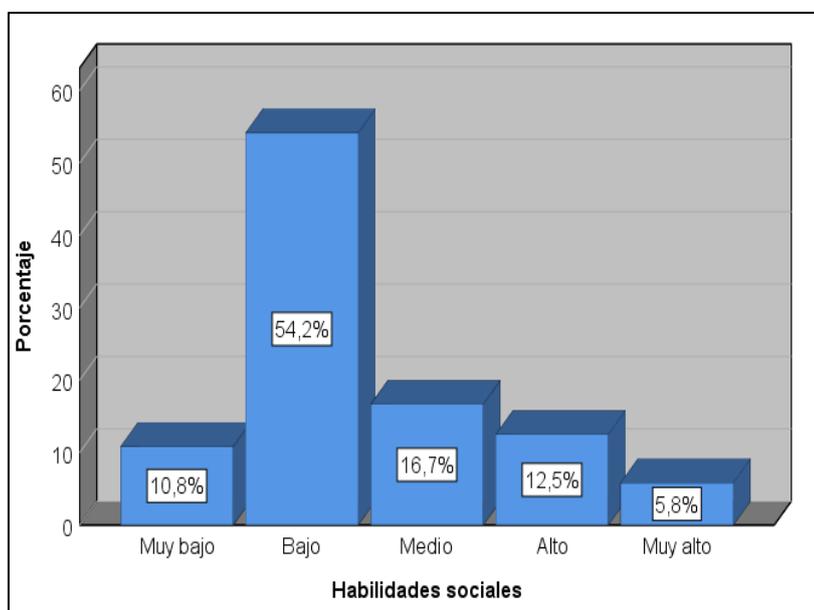
En la tabla 4 y figura 3, se tiene que la mayor parte de los estudiantes de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho que conformaron la muestra, cursaba el quinto grado de secundaria (55%). Asimismo, se tiene que el 45% cursaba cuarto grado.

## 4.2. Descripción de las variables

**Tabla 5.**

*Habilidades sociales de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	13	10,8
Bajo	65	54,2
Medio	20	16,7
Alto	15	12,5
Muy alto	7	5,8
Total	120	100,0



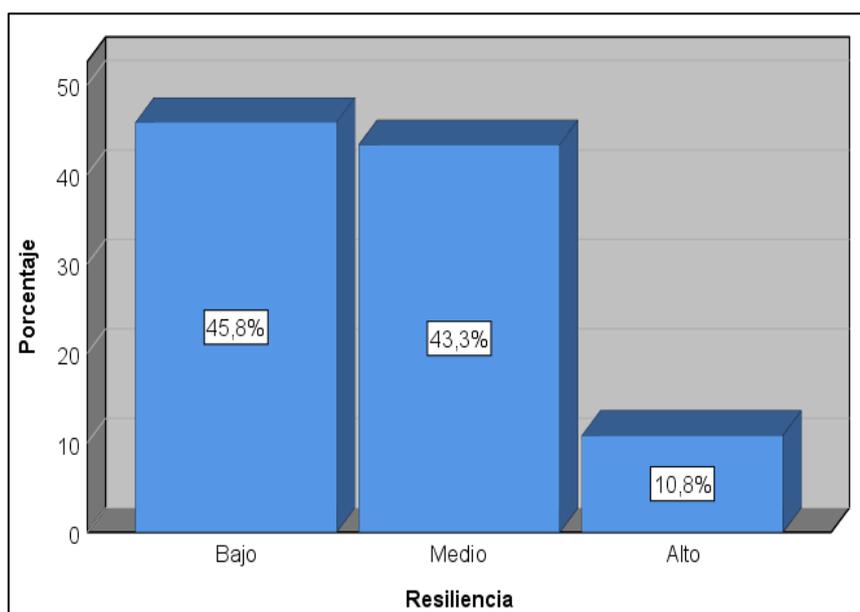
**Figura 4.** Nivel de habilidades sociales de estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

En la tabla 5 y figura 4, se tiene el nivel de habilidades sociales que presentaron los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría tenía un nivel de habilidades sociales bajo (54,2%) a lo que se suma el nivel muy bajo (10,8%). Sólo el 12,5% tenía habilidades sociales en nivel alto y el 5,8% en nivel muy alto. El 16,7% alcanzó nivel medio en el desarrollo de sus habilidades sociales.

**Tabla 6.**

*Resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	55	45,8
Medio	52	43,3
Alto	13	10,8
Total	120	100,0



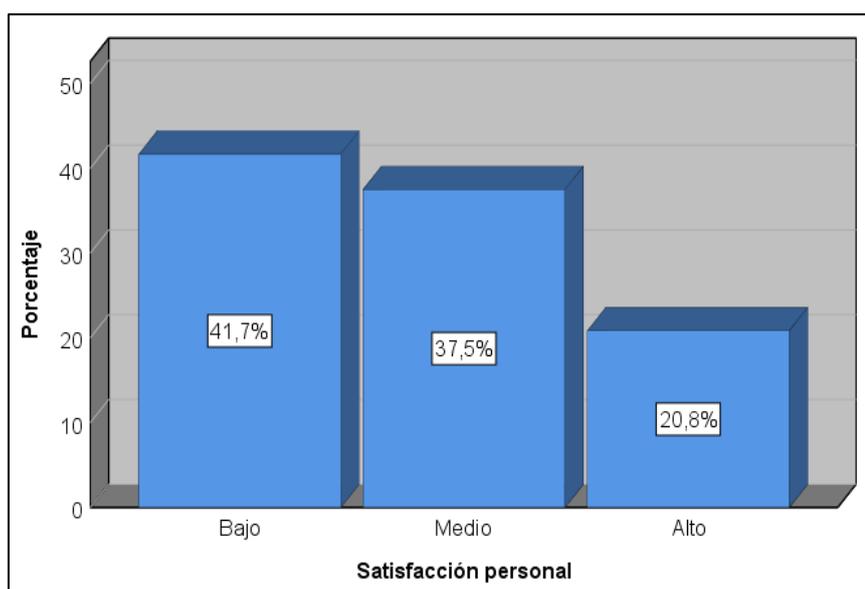
**Figura 5.** Nivel de resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

En la tabla 6 y figura 5, se tiene el nivel de resiliencia que presentaron los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría presentó un nivel de bajo (45,8%) aunque el 43,3% tuvo un nivel resiliencia medio. Solamente el 10,8% presentó un nivel de resiliencia alto.

**Tabla 7.**

*Satisfacción personal en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	50	41,7
Medio	45	37,5
Alto	25	20,8
Total	120	100, 0



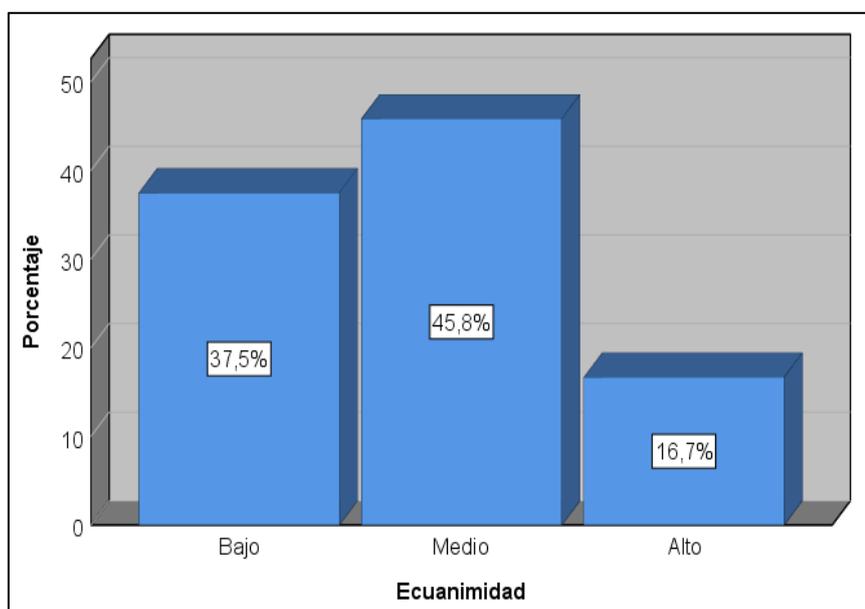
**Figura 6.** Nivel de satisfacción personal en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

En la tabla 7 y figura 6, se tiene el nivel de satisfacción personal que presentaron los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría presentó satisfacción personal de nivel bajo (41,7%) aunque el 37,5% refiere un nivel de satisfacción personal medio. Solamente el 20,8% muestra un nivel de satisfacción personal alto.

**Tabla 8.**

*Ecuanimidad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	45	37,5
Medio	55	45,8
Alto	20	16,7
Total	120	100,0



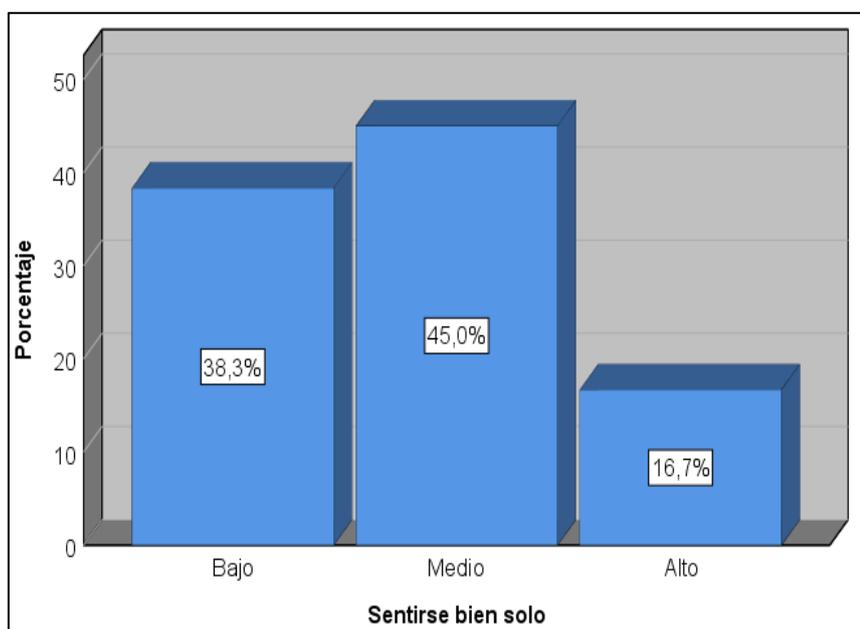
**Figura 7.** Nivel de ecuanimidad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

En la tabla 8 y figura 7, se tiene el nivel de ecuanimidad que presentaron los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría presentó un nivel de ecuanimidad medio (45,8%) aunque el 37,5% alcanza un nivel de ecuanimidad medio. Solamente el 16,7% muestra un nivel de ecuanimidad alto.

**Tabla 9.**

*Bienestar por sentirse solo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	46	38,3
Medio	54	45,0
Alto	20	16,7
Total	120	100,0



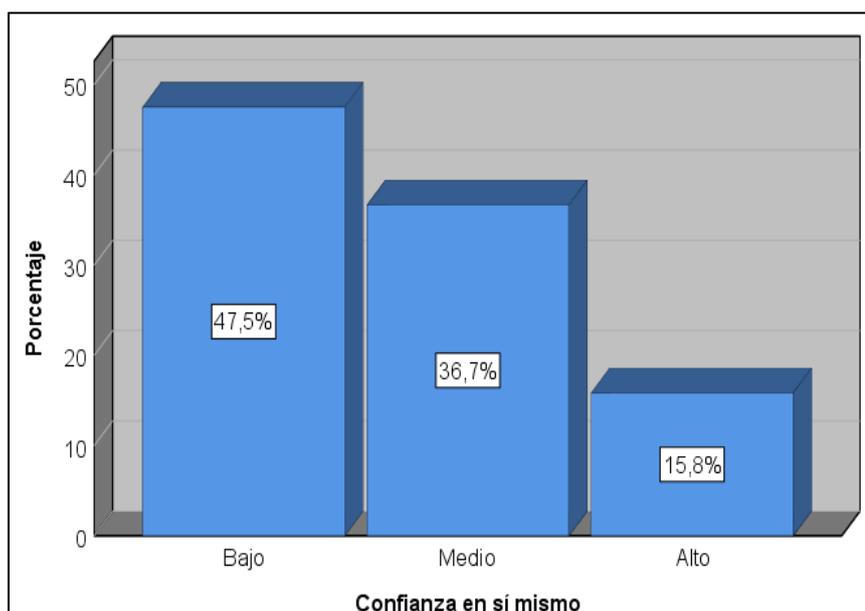
**Figura 8.** Nivel de bienestar por sentirse solo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

En la tabla 9 y figura 8, se tiene los niveles bienestar debido a la soledad manifestados por los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría presentó sentimientos de bienestar por estar solo en un nivel medio (45%) y el 38,3% en un nivel bajo. Solamente el 16,7% presenta alto bienestar por estar solo.

**Tabla 10.**

*Confianza en sí mismo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	57	47,5
Medio	44	36,7
Alto	19	15,8
Total	120	100,0



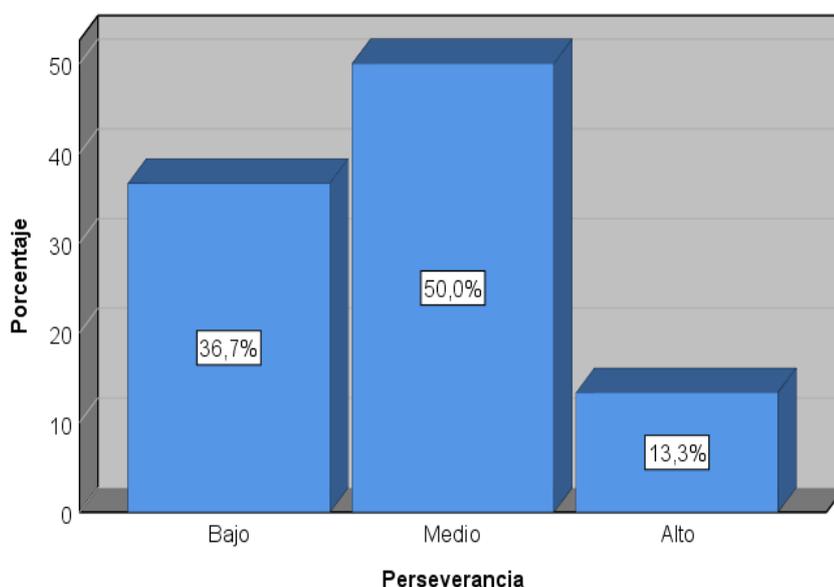
**Figura 9.** Nivel de confianza en sí mismo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho

En la tabla 10 y figura 9, se tiene el nivel de confianza en sí mismo que presentaron los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría presentó un nivel de confianza en sí mismo bajo (47,5%) aunque el 36,7% alcanza un nivel medio de confianza en sí mismo. El 15,8% presenta un nivel alto de confianza en sí mismo.

**Tabla 11.**

*Perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	44	36,7
Medio	60	50,0
Alto	16	13,3
Total	120	100,0



**Figura 10.** Nivel de perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho.

En la tabla 11 y figura 10, se tiene el nivel de perseverancia que presentaron los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres de San Juan de Lurigancho. La mayoría presentó un nivel medio de perseverancia (50%) aunque el 36,7% alcanza un nivel bajo de perseverancia. Solamente el 13,3% muestra un nivel de perseverancia alto.

### 4.3. Comprobación de hipótesis

Con la finalidad de seleccionar una adecuada prueba estadística para comprobar las hipótesis se procedió a realizar las pruebas de bondad de ajuste, según método de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro Wilk, a fin de evaluar la distribución de los datos y en base a dicho resultado elegir dicha prueba estadística.

#### Regla de decisión

Si  $p\text{-valor} \geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p\text{-valor} < 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

#### Prueba de normalidad

**Tabla 12.**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

	Kolmogorov – Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades sociales	0,142	120	0,000
Satisfacción personal	0,155	120	0,000
Ecuanimidad	0,138	120	0,000
Sentirse bien solo	0,132	120	0,000
Confianza en sí mismo	0,171	120	0,000
Perseverancia	0,091	120	0,016
Resiliencia	0,169	120	0,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 12 se tiene los resultados de las pruebas de bondad de ajuste según método de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro Wilk. En ambos casos se obtuvo un valor  $p < 0,05$ , para todas las distribuciones evaluadas, lo que implica que esas distribuciones difieren de la distribución normal; es decir, los datos a utilizar para la comprobación de hipótesis no tienen distribución normal. En razón a lo indicado, se decide utilizar el coeficiente Rho de Spearman para comprobar las hipótesis.

**Tabla 13.**  
*Rangos de correlación*

Valor	Significado
-1	Correlación negativa grande y perfecta
-0,90 a -0,99	Correlación negativa muy alta
-0,70 a -0,89	Correlación negativa alta
-0,40 a -0,69	Correlación negativa moderada
-0,20 a -0,39	Correlación negativa baja
-0,01 a -0,19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0,01 a 0,19	Correlación positiva muy baja
0,20 a 0,39	Correlación positiva baja
0,40 a 0,69	Correlación positiva moderada
0,70 a 0,89	Correlación positiva alta
0,90 a 0,99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva grande y perfecta

### Comprobación de la hipótesis general

H<sub>0</sub>: No existe relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

H<sub>a</sub>: Existe relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Regla de decisión

Si  $p\text{-valor} \geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p\text{-valor} < 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

**Tabla 14.**  
*Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la resiliencia*

		Habilidades sociales	Resiliencia
Rho de Spearman	Habilidades sociales	1,000	0,791**
		Sig. (bilateral)	.
		N	120
Resiliencia	Resiliencia	0,791**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	120

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 15 se observa que el coeficiente de correlación  $r=0,791$  y el  $p$ -valor  $=0,000 < 0,05$  son resultados estadísticos que señalan una correlación positiva alta y significativa; en tal sentido, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Comprobación de la hipótesis específica 1

$H_0$ : No existe relación entre habilidades sociales y satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

$H_a$ : Existe relación entre habilidades sociales y satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Regla de decisión

Si  $p$ -valor  $\geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p$ -valor  $< 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

**Tabla 15.**

*Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la satisfacción personal*

		Habilidades sociales	Satisfacción personal
Rho de Spearman	Habilidades sociales	1,000	0,644**
		Sig. (bilateral)	.
		N	120
	Satisfacción personal	0,644**	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	120

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 15 se observa que el coeficiente de correlación  $r=0,644$  y el  $p$ -valor  $=0,000 < 0,05$  son resultados estadísticos que señalan una correlación positiva moderada y significativa; en tal sentido, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre habilidades sociales y satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

## Comprobación de la hipótesis específica 2

H<sub>0</sub>: No existe relación entre habilidades sociales y ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

H<sub>a</sub>: Existe relación entre habilidades sociales y ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Regla de decisión

Si  $p\text{-valor} \geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p\text{-valor} < 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

**Tabla 16.**

*Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la ecuanimidad*

		Habilidades sociales	Ecuanimidad
Rho de Spearman		Coeficiente de correlación	1,000
	Habilidades sociales	Sig. (bilateral)	0,517**
		N	120
		Coeficiente de correlación	0,517**
	Ecuanimidad	Sig. (bilateral)	0,000
		N	120

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 16 se observa que el coeficiente de correlación  $r=0,517$  y el  $p\text{-valor}=0,000 < 0,05$  son resultados estadísticos que señalan una correlación positiva moderada y significativa; en tal sentido, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre habilidades sociales y ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Comprobación de la hipótesis específica 3

H<sub>0</sub>: No existe relación entre habilidades sociales y sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

H<sub>a</sub>: Existe relación entre habilidades sociales y sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Regla de decisión

Si  $p\text{-valor} \geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p\text{-valor} < 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

**Tabla 17.**

*Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y sentirse bien sólo*

		Habilidades sociales	Sentirse bien solo
Rho de Spearman	Habilidades sociales	1,000	0,541**
	Sig. (bilateral)	.	0,000
	N	120	120
	Sentirse bien solo	0,541**	1,000
	Sig. (bilateral)	0,000	.
	N	120	120

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 17 se observa que el coeficiente de correlación  $r=0,541$  y el  $p\text{-valor}=0,000 < 0,05$  son resultados estadísticos que señalan una correlación positiva moderada y significativa; en tal sentido, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre habilidades sociales y sentirse bien sólo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

#### Comprobación de la hipótesis específica 4

Ho: No existe relación entre habilidades sociales y la confianza en sí mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

Ha: Existe relación entre habilidades sociales y la confianza en sí mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

#### Regla de decisión

Si  $p\text{-valor} \geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p\text{-valor} < 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

**Tabla 18.**

*Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y la confianza en sí mismo*

		Habilidades sociales	Confianza en sí mismo
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	0,659**
	Habilidades sociales Sig. (bilateral)	.	0,000
	N	120	120
	Confianza en sí mismo Coeficiente de correlación	0,659**	1,000
	Sig. (bilateral)	0,000	.
	N	120	120

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 18 se observa que el coeficiente de correlación  $r=0,659$  y el  $p\text{-valor}=0,000 < 0,05$  son resultados estadísticos que señalan una correlación positiva moderada y significativa; en tal sentido, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre habilidades sociales y la confianza en sí mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Comprobación de la hipótesis específica 5

H<sub>0</sub>: No existe relación entre habilidades sociales y perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

H<sub>a</sub>: Existe relación entre habilidades sociales y perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021.

### Regla de decisión

Si  $p\text{-valor} \geq 0,05$ , se acepta la hipótesis nula

Si  $p\text{-valor} < 0,05$ , se acepta la hipótesis alterna

### Tabla 19.

Correlación de Spearman entre las habilidades sociales y perseverancia

		Habilidades sociales	Perseverancia
Rho de Spearman	Habilidades sociales	1,000	0,682**
	Sig. (bilateral)	.	0,000
	N	120	120
	Perseverancia	0,682**	1,000
	Sig. (bilateral)	0,000	.
	N	120	120

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

## V. DISCUSIÓN

### 5.1. Análisis de discusión de resultados

El presente estudio tiene como objetivo general demostrar la relación entre habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021. A continuación, se presenta la discusión de los principales hallazgos, comparándolo con antecedentes nacionales e internacionales citados y analizados de acuerdo a enfoques teóricos vigentes que han dado un soporte científico a la problemática de investigación que se estudió.

En ese sentido, en relación, a la hipótesis general y de acuerdo a los resultados estadísticos  $\rho=0,791$ ;  $p=0,000<0,05$ ; se determina una correlación positiva alta y significativa entre habilidades sociales y resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021. Estos resultados se asemejan a la investigación de Sosa (2020), en su tesis de Licenciatura en Psicología, de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; titulada Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de instituciones públicas de San Luis de Shuaro, La Merced. Cuyo objetivo de investigación fue el estudiar la relación entre resiliencia y las habilidades sociales en un grupo de 212 estudiantes de la selva central de Junín, los instrumentos que se han empleado la Escala de Resiliencia para Adolescentes de Prado y Del Águila (2000) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein estandarizada por Tomás y Lescano (2003). Donde concluyen que, la dimensión resiliencia se correlaciona positivamente con las dimensiones de habilidades sociales, específicamente se obtuvo correlaciones altas con las dimensiones: habilidades frente al estrés, habilidades de comunicación, habilidades de planificación, habilidades alternativas a la violencia y habilidades relacionadas a los sentimientos. Finalmente, se encontraron diferencias significativas en las habilidades de planificación entre hombres y mujeres, puntuando más alto el segundo grupo. Palabras clave: resiliencia; habilidades sociales; escolares; educación secundaria; San Luis de Shuaro. Ambos resultados tienen un fundamento teórico según Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein (1989), quienes

sostienen que, las habilidades sociales son las destrezas y conductas aprendidas por las personas, las cuales le permiten llevar una vida efectiva y satisfactoria en lo personal como en lo interpersonal, donde la ausencia de un desarrollo adecuado implicaría la ausencia de competencia social; enfoque teórico que nos permite afirmar que a mayor habilidades sociales se tendrá mayor nivel de conductas resilientes.

Respecto a la hipótesis específica 1 y, de acuerdo a los resultados estadísticos  $\rho=0,644$ ;  $p=0,000<0,05$ ; se determina una correlación positiva moderada y significativa entre habilidades sociales y satisfacción personal en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021. Resultados que se asemejan al estudio de Peña y Guillen (2018), en su tesis de maestría en la Universidad Cesar Vallejo titulado "Nivel de resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística, especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Condorcunca". Ayacucho – 2018. Investigación que planteó como objetivo general determinar la relación que existe entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística, especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública Condorcunca. Ayacucho – 2018, metodología de diseño no experimental, nivel descriptivo correlacional. La población de 114 estudiantes de la Carrera de Educación Artística del cual se tomó a 60 estudiantes del I y III de la especialidad Música. La encuesta se utilizó como técnica para la recolección de la información con su respectivo instrumento el cuestionario compuesto por preguntas tipo Likert. La investigación ha llegado a la siguiente conclusión: Existe relación entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales. Resultado que es corroborado con la prueba estadística de Tau\_b de Kendall al mostrarnos que el valor del coeficiente de correlación es 0,634, el que refleja un nivel de correlación moderada, entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales, y el valor de p (nivel de significancia) es  $0,000 < 0,05$ . ( $t_b = 0,634$ ;  $p = 000 < 0,05$ ). Ambos resultados nos permiten afirmar que a mayor nivel de la dimensión satisfacción personal tendremos un mayor nivel de habilidades sociales en los estudiantes de secundaria en estudio.

En cuanto a la hipótesis específica 2 y, de acuerdo a los resultados

estadísticos  $\rho=0,517$ ;  $p=0,000<0,05$ ; se determina una correlación positiva moderada y significativa entre habilidades sociales y ecuanimidad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021. Resultados que se asemejan al estudio realizado por Sosa (2020), en su tesis de Licenciatura en Psicología, de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; titulada Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes de instituciones públicas de San Luis de Shuaro, La Merced. Cuyo objetivo de investigación fue el estudiar la relación entre resiliencia y las habilidades sociales en un grupo de 212 estudiantes de la selva central de Junín, los instrumentos que se han empleado la Escala de Resiliencia para Adolescentes de Prado y Del Águila (2000) y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein estandarizada por Tomás y Lescano (2003). Donde concluyen que, la dimensión resiliencia se correlaciona positivamente con las dimensiones de habilidades sociales, específicamente se obtuvo correlaciones altas con las dimensiones: habilidades frente al estrés, habilidades de comunicación, habilidades de planificación, habilidades alternativas a la violencia y habilidades relacionadas a los sentimientos. Finalmente, se encontraron diferencias significativas en las habilidades de planificación entre hombres y mujeres, puntuando más alto el segundo grupo. Este resultado tiene relación con el aporte teórico según Fiorentino (2018), el mismo que sostiene que la perseverancia, contribuye a evitar la falta de ánimo y favorece la autodisciplina y la satisfacción por los logros en la vida, entonces se afirma que, a mayor nivel de la dimensión de perseverancia, tendremos un mayor nivel de habilidades sociales,

Asimismo, referente la hipótesis específica 3 y, de acuerdo a los resultados estadísticos  $\rho=0,541$ ;  $p=0,000<0,05$ ; se determina una correlación positiva moderada y significativa entre habilidades sociales y sentirse bien solo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021. Resultados similares al estudio de Peña y Guillen (2018), en su tesis de maestría en la Universidad Cesar Vallejo titulado "Nivel de resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística, especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Condorcunca". Ayacucho – 2018. Investigación que planteó como objetivo general determinar la relación que existe entre el nivel de resiliencia y las

habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística, especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública Condorcunca. Ayacucho – 2018. Estudio que llegó a la siguiente conclusión que, Existe relación entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales. Resultado que es corroborado con la prueba estadística de Tau\_b de Kendall al mostrarnos que el valor del coeficiente de correlación es 0,634, el que refleja un nivel de correlación moderada, entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales, y el valor de p (nivel de significancia) es  $0,000 < 0,05$ . ( $t_b = 0,634$ ;  $p = 000 < 0,05$ ). Estos resultados tiene un soporte teórico según Fiorentino (2018), quien sostiene que la dimensión de la resiliencia de Sentirse bien solo, es la característica del ser humano de ser único, irrepetible y estructurado para relacionarse con su entorno, creando una unidad de relación que aporte beneficios personales, reforzando su identidad y confianza, su meditación lo ayudará a reflexionar y a elaborar proyectos obteniendo éxitos; en los fracasos podrán sobreponerse buscando soluciones específicas sin desanimarse. Aporte teórico va favorecer al desarrollo de conductas resilientes, es decir, se puede afirmar que a un mayor nivel de la dimensión de sentirse bien solos en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria desarrollarán un mayor nivel de habilidades sociales.

Respecto a la hipótesis específica 4 y, de acuerdo a los resultados estadísticos de Rho de Spearman  $\rho=0,659$ ;  $p=0,000<0,05$ ; se determina una correlación positiva moderada y significativa entre habilidades sociales y confianza en sí mismo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021. Resultados que tienen relación con los resultados descriptivos de la dimensión confianza en sí mismo, en donde los estudiantes presentan un nivel de confianza en sí mismo en un 36,7% que alcanza un nivel medio de esta dimensión y el 15,8% presenta un nivel alto de confianza en sí mismo. Resultados que tienen un soporte teórico de Fiorentino (2018) quien refiere que la confianza en sí mismo es una cualidad del ser humano de poder desarrollar la habilidad para creer en sus capacidades que le ayudarán a vencer las adversidades y que van a permitir el desarrollo de un mayor nivel de habilidades sociales.

Por último, la hipótesis específica 4 y, de acuerdo a los resultados

estadísticos de Rho de Spearman  $\rho=0,682$ ;  $p=0,000<0,05$ ; se determinó una correlación positiva moderada y significativa entre habilidades sociales y perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho, 2021. Estos resultados se asemejan al estudio realizado por Peña y Guillen (2018), en su tesis de maestría en la Universidad Cesar Vallejo titulado "Nivel de resiliencia y habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística, especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública "Condorcunca". Ayacucho – 2018. Investigación que planteó como objetivo general determinar la relación que existe entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales en los estudiantes de la Carrera de Educación Artística, especialidad Música de la Escuela Superior de Formación Artística Pública Condorcunca. Ayacucho – 2018, Estudio que llegó a la conclusión de que, existe relación entre las dimensiones de resiliencia y las habilidades sociales. Resultado que es corroborado con la prueba estadística de Tau\_b de Kendall al mostrarnos que el valor del coeficiente de correlación es 0,634, el que refleja un nivel de correlación moderada, entre el nivel de resiliencia y las habilidades sociales, y el valor de p (nivel de significancia) es  $0,000 < 0,05$ . ( $t_b = 0,634$ ;  $p = 000 < 0,05$ ). Ambos resultados tienen un soporte teórico según Fiorentino (2018), enfoca a la

Perseverancia, como una cualidad del ser humano que contribuye a evitar la falta de ánimo y favorece la autodisciplina y la satisfacción por los logros en la vida, por lo que se puede afirmar que, a mayores niveles de perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho tendrán un mayor nivel de habilidades sociales.

## VI. CONCLUSIONES

- Primera:** De acuerdo a la prueba estadística de correlación de Rho de Spearman y al grado de significancia ( $\rho=0,791$ ;  $p=0,000<0,05$ ); existe correlación positiva alta y significativa entre habilidades sociales y resiliencia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho.
- Segunda:** De acuerdo a la prueba estadística de correlación de Rho de Spearman y al grado de significancia ( $\rho=0,644$ ;  $p=0,000<0,05$ ); existe correlación positiva moderada y significativa entre habilidades sociales y satisfacción personal en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho.
- Tercera:** De acuerdo a la prueba estadística de correlación de Rho de Spearman y al grado de significancia ( $\rho=0,517$ ;  $p=0,000<0,05$ ); existe correlación positiva moderada directa y significativa entre habilidades sociales y ecuanimidad en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho.
- Cuarta:** De acuerdo a la prueba estadística de correlación de Rho de Spearman y al grado de significancia ( $\rho=0,541$ ;  $p=0,000<0,05$ ); existe correlación positiva moderada directa y significativa entre habilidades sociales y sentirse bien solo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho.
- Quinta:** De acuerdo a la prueba estadística de correlación de Rho de Spearman y al grado de significancia ( $\rho=0,659$ ;  $p=0,000<0,05$ ); existe correlación positiva moderada, directa y significativa entre habilidades sociales y confianza en sí mismo en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho,

**Sexta:** De acuerdo a la prueba estadística de correlación de Rho de Spearman y al grado de significancia ( $\rho=0,682$ ;  $p=0,000<0,05$ ); existe correlación positiva moderada, directa y significativa entre habilidades sociales y perseverancia en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho

## VII. RECOMENDACIONES

- Primera:** Que, el director de la Institución Educativa Antonia Moreno de Cáceres, San Juan de Lurigancho y la oficina psicopedagógica planifiquen, ejecuten seminarios/talleres dirigidos a estudiantes, a padres de familia y a docentes sobre temas de habilidades sociales y resiliencia, valores interpersonales y conductas éticas.
- Segunda:** Sugerir al director de la institución educativa pública en estudio, la oficina psico pedagógica y tutoría, con el fin de implementar actividades en horas de tutoría para que los estudiantes puedan fortalecer la dimensión satisfacción personal, relaciones intra e interpersonales, así como competencias resilientes.
- Tercera:** Que, el director de la institución educativa pública en estudio con la oficina psicopedagógica y de tutoría implementen seminarios/talleres vivenciales y actividades para los estudiantes, docentes y auxiliares de educación, que coadyuven a mejorar la dimensión de ecuanimidad, elaborando su plan de vida, con metas a corto, mediano y largo plazo, toma de decisiones en el salón de clase, competencias interpersonales.
- Cuarta:** Que, el director de la institución educativa pública, la oficina de tutoría y psicopedagogía implemente seminarios/talleres vivenciales y actividades para los estudiantes que coadyuven a mejorar la dimensión sentirse bien solos, importancia de la autoconciencia y auto reflexión, relaciones interpersonales y automotivación, y el control de impulsos.
- Quinta:** Que, el director de la institución educativa pública, la oficina de tutoría y psicopedagogía implemente seminarios/talleres vivenciales y actividades para los estudiantes que coadyuven a mejorar la dimensión confianza en sí mismo, con temas de inteligencia intra e interpersonal que fortalezcan el control y manejo de emociones.

**Sexta:** Que, el director de la institución educativa pública, la oficina de tutoría y psicopedagogía implemente seminarios/talleres vivenciales y actividades para los estudiantes que coadyuven a mejorar la dimensión de la perseverancia, con temas de autodisciplina, persistencia, interés, el deseo de logro y habilidades de planificación de tiempo, que ayudarán en el desarrollo de las habilidades sociales.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aiken, L. R. (1996). *Test Psicológicos y Evaluación*. México: Prentice Hall.
- Aliaga, T. J. (s.f.). *Psicometría: Test psicométricos. Confiabilidad y Validez*. Recuperado de <http://datateca.unad.edu.co/contenidos/401517/1U2LibroEAPAliaga.pdf>
- Anastasi, A. & Urbina, S. (1998). *Test Psicológicos*. México: Prentice Hall.
- Bel A. (2016). *La gran defensa del adolescente: la resiliencia* [sede Web]. España: Isep Instituto Superior de Estudios Psicológicos; 2015 [acceso 25 de mayo de 2016]. [Internet]. Available from: <https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/la-gran-defensa-del-adolescente-la-resiliencia/>
- Berntsso E. & Escoboso Y. (2013) *Lo que significa Aceptarse a uno mismo* [sede Web]. España: *Aumentando mi autoestima*; 2013 [acceso 28 de enero de 2018]. [Internet]. Available from: <http://www.aumentandomiautoestima.com/blog/¿que-significa-aceptarse-a-uno-mismo/>
- Bravo H & López J. (2015). *Resiliencia familiar: una revisión sobre artículos publicados en español*. *Revista de investigación en Psicología* [revista en Internet] 2015 [acceso 26 de setiembre de 2016]; 18(2): [151-170]. Available from: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/12089/10807>
- Berntsso E. & Escoboso Y. (2013). *Lo que significa Aceptarse a uno mismo* [sede Web]. España: *Aumentando mi autoestima*; 2013 [acceso 28 de enero de 2018]. [Internet]. Available from: <http://www.aumentandomiautoestima.com/blog/¿que-significa-aceptarse-a-uno-mismo/>
- Brown, G. F. (2000). *Principios de la medición en psicología y educación*. México: El Manual Moderno.
- Cango, Y. (2013). *Las adicciones y funcionalidad familiar de los habitantes de la parroquia Gonzanamá Año 2012*. [Tesis]: Carrera de Psicología educativa y orientación. Universidad Nacional de Loja, Ecuador.

- Carrasco, S. (2005). *Metodología de la investigación científica* (1 ed.). San Marcos.
- Damián, Escudero & Ventocilla (2017). Resiliencia y Funcionalidad Familiar en Escolares del Nivel Secundaria de la Institución Educativa Pública “Peruano Suizo” [Tesis de pregrado]. Perú.
- Minedu (25 de febrero de 2013). Minedu.gob.pe. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/376444561/Guia-Buena-Acogida>
- Fiorentino, M. (2018). La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica* [Internet]. 2008 marzo [citado 13 de octubre del 2018];15(1):95-113. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134212604004>
- Escamilla S. (2018). El sentido de competencia personal [sede Web]. México: Mi Autoestima; 2013 [acceso 28 de enero de 2018]. [Internet]. Available from: [www.miautoestima.com/autoestimaninoscompetencia-personal/](http://www.miautoestima.com/autoestimaninoscompetencia-personal/)
- Galarza, C (2012). *Relación entre Habilidades Sociales y Clima Social Familiar de los adolescentes de la Institución Educativa Fe y Alegría*. (Tesis de Licenciatura. Universidad de San Marcos), Lima, Perú. Recuperado de [http://www.resiliencia.cl/investig/Tesis\(Belloni-Villalobos\).pdf](http://www.resiliencia.cl/investig/Tesis(Belloni-Villalobos).pdf)
- Garrido L. Fuentes (2010). Interactivas de la resiliencia [sede Web]. Perú: Resiliencia en la Educación; 2010 [acceso 25 de mayo 2016]. [Internet]. Available from: <http://resiliencialucy.blogspot.com/2010/08/fuentes-interactivas-de-la-resiliencia.html>
- Hernández. Fernández, C. Baptista, P (2014). *Metodología de la Investigación*. México. Mc Graw Hill/ Interamericanos S.A.
- Hendrien (2017). Cohesión familiar, adaptabilidad y su incidencia en la resiliencia de adolescentes [Tesis de maestría]. México: Universidad de Morelos. Facultad de Psicología; 2015 [citado 3 de setiembre del 2017]. Disponible en: <http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/xmlui/handle/20.500.11972/320>,
- Huarcaya, G. (2011). La familia peruana en el contexto global. Impacto de la estructura familiar y la natalidad en la economía y el mercado. (Tesis de pregrado) Universidad de Piura, Perú. Recuperado el 18 de octubre de 2017,

de [https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/1642/La\\_familia\\_peruana\\_en\\_el\\_contexto\\_global.pdf?sequence=1](https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/1642/La_familia_peruana_en_el_contexto_global.pdf?sequence=1)

Huerta, R. (1999). Influencia de la familia y/o pares hacia el consumo de alcohol y la percepción de violencia en adolescentes de condición socioeconómico bajo. [Tesis de maestría]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú). Recuperado el 08 de octubre de 2017,

López F. & Limón F. (2013). Componentes del proceso de resiliencia comunitaria: conocimientos culturales, capacidades sociales y estrategias organizativas. *Revista Latinoamericana de ciencia psicológica* [revista en Internet] 2016 [acceso 15 de febrero de 2018]; 9(3):[1-13]. Available from: [http://www.psiencia.org/psiencia/9/3/61/PSIENCIA\\_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica\\_9-3\\_ManyariLopez.pdf](http://www.psiencia.org/psiencia/9/3/61/PSIENCIA_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica_9-3_ManyariLopez.pdf)

Luthar, S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*. *Child Development*, 71 (3), pp. 543-562.

Meneghel I, Salanova M & Martínez I. (2013). *El camino de la Resiliencia Organizacional -Una revisión teórica*. *Revista de psicología*. Ciencias de educación [revista en Internet] 2013 [acceso 30 de setiembre de 2016]; 31(2):[13-24] Available from <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/197/130>

MINSA (2005). Informe del componente: Modelo de atención integral del adolescente, Perú.

Minuchin, S. & Fishman, H. C. (1986). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Paidós.

Minuchin, S. (1977). *Familias y terapia familiar*. Barcelona: Gedisa.

Nichols, W. & Everett, C. (1986). "Systemic Family Therapy". New York: The Guilford Press.

Olson, D., Russell, C. & Sprenkle, D. (1989). *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of families*. New York: Haworth Pres. Olson, D., Sprenkle, D. & Russell, C. (1979). *Modelo Circumplejo de los sistemas*

matrimoniales y familiares: I. Cohesión y dimensiones adaptabilidad, tipos de familia y sus aplicaciones clínicas. *Family Process*, 18(1), 3-28

Olson, Sprenkle & Russell, C. (1979). *Modelo Circumplejo de los sistemas matrimoniales y familiares: I. Cohesión y dimensiones adaptabilidad, tipos de familia y sus aplicaciones clínicas* *Family Process*, 18(1), 3-28.

Ortega, Fernández, A. y Osorio, M. (2003). Funcionamiento familiar. Su percepción por diferentes grupos generacionales y signos de alarma. *Revista Cubana Médica General Integral*; 19

Palacios y Sánchez (2016). Funcionamiento familiar y resiliencia en alumnos de 2º a 5º de secundaria de una institución educativa pública de Lima-Este, 2015. [Tesis doctoral]. Lima: Universidad Peruana Unión; 2016 [citado 3 de setiembre del 2017]. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/139>.

Paz, S. & Aymat, A. C. (2007). Problemas en el Desempeño Escolar y su relación con el Funcionalismo Familiar en Alumnos de EGB 1. *Revista de la Facultad de medicina. México. D. F. Vol. 8 – No. 1*

Puertas y Nagua (2017). Relación entre funcionalidad familiar y estrés en adolescentes del bachillerato .Zona 7, Ecuador 2016 - 2017; [Tesis de grado]. Loja, Ecuador: Universidad Nacional de Loja; 2017 [citado 3 de setiembre del 2017]. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/18257>

Quispe & Rodriguez (2015). Funcionamiento familiar y agresividad en estudiantes de 4º y 5º de secundaria de una I.E. Pública de Lima sur [Tesis de pregrado]. Universidad Peruana Unión. Perú

Ramírez, M. (2004). Funcionalidad familiar en adolescentes de preparatoria [Tesis de maestría] Universidad Autónoma de Nueva León). Recuperado de: <http://eprints.uanl.mx/5481/1/1020149995.PDF>

Riofrio, J. & Villegas, M. (2015). Adaptabilidad - Cohesión Familiar y Agresividad en la Convivencia Escolar en Adolescentes. *Revista Científica PAIAN*, 6(1), 2313-3139. Recuperado de <http://servicios..edu.pe/ojs/index.php/>

PAIAN/ article/view/82.

- Sánchez C, Obando C, Castrillo M. & Madriz A. (2018). Mecanismos de resiliencia en los niños, niñas y adolescentes en situación de riesgo social: El paso de la calle a la escuela. *Revista investigación sobre la resiliencia en los sistemas educativos [revista en Internet]* 2013 [acceso 30desetiembrede2018];1(1):[1-90]. Available from: [http://wbgfiles.worldbank.org/documents/hdn/ed/saber/supporting\\_doc/CountryReports/EDR/RRNicaraguadeliverable.pdf](http://wbgfiles.worldbank.org/documents/hdn/ed/saber/supporting_doc/CountryReports/EDR/RRNicaraguadeliverable.pdf)
- Satir, V. (1972). Modelo de interacción familiar. Recuperado de: <http://unpan1.un.org/intradoc/groups/public/documents/icap/unpan048238.pdf>
- Velezmoro (2018) Cohesión familiar y resiliencia en adolescentes de una Institución Educativa Estatal de Trujillo [Tesis de maestría]
- UNESCO (2013). Análisis del clima escolar, ¿poderoso factor que explica el aprendizaje en América latina y el caribe? LLECE. Madrid: Santillana. Recuperado de [unesdoc.unesco.org/images/0024/002430/243050S.pdf](http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002430/243050S.pdf)
- Valderrama, S. (2013). Pasos para elaborar proyectos de investigación científica (Segunda edición). Lima: San Marcos
- Vanistendael, A (1994). *Humor y resiliencia: la sonrisa que da vida*. Barcelona: Gedisa.
- Wagnild y Young (1993). Escala de resiliencia de Wagnild y Young. Recuperado de <http://goo.gl/3NRXyK>
- Zaldívar, D., (2004) Familia disfuncional y adolescencia. Disponible en: <http://sinalefa1.wordpress.com/>
- Zaldívar, D. (2006) "Funcionamiento Familiar Saludable". Fundación Salud Vida. p. 1. Cuba. Disponible en: [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitaciontemprana/funcionamiento\\_famil](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitaciontemprana/funcionamiento_famil)

## **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	VARIABLES
¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?	Demostrar la relación entre habilidades sociales y la resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021,	Si existe relación entre habilidades sociales y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	<b>Variable X:</b> Habilidades sociales <b>Variable Y:</b> Resiliencia  <b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b> <b>Población</b> Los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria. <b>La muestra:</b> 120 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria <b>El muestreo:</b> será No probabilístico por conveniencia. <b>Tipo:</b> básica <b>Nivel:</b> Descriptiva Correlacional <b>Diseño:</b> No experimental
PROBLEMAS ESPECIFICOS	OBJETIVOS ESPECIFICOS	HIPOTESIS ESPECIFICAS	
¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	Si existe relación entre habilidades sociales y la dimensión satisfacción personal en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	
¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	Si existe relación entre habilidades sociales y la dimensión ecuanimidad en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	
¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	Si existe relación entre habilidades sociales y la dimensión sentirse bien solo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	
¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión confianza en si mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión confianza en si mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	Si existe relación entre habilidades sociales y la dimensión confianza en si mismo en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	
¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la dimensión perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021?	Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	Si existe relación entre habilidades sociales y la dimensión perseverancia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Antonia Moreno De Cáceres, San Juan de Lurigancho 2021.	

## Anexo 2. Matriz de operacionalización

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	RANGO
Habilidades sociales	Primeras habilidades sociales	Escuchar, conversador. Preguntar, dar gracias. Presentarse. Presentar a otras personas. Hacer un cumplido	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	<b>Muy alto</b> 211 - 250  <b>Alto:</b> 171 - 210  <b>Medio:</b> 130 - 170  <b>Bajo:</b> 90 - 129  <b>Muy Bajo</b> 50 - 89
	Habilidades Sociales Avanzadas	Pedir ayuda. Participar. Dar/Seguir Instrucciones. Disculparse. Convencer a los demás	9, 10, 11, 12, 13 y 14	
	Habilidades para manejar sentimientos	Conocer/expresar sentimientos propios. Comprender sentimientos de los demás. Enfrentar al enfado de otro. Autorrecompensarse. Resolver el miedo	15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21	
	Habilidades alternativas de la agresión	Pedir permiso. Autocontrol. Compartir algo Ayudar a otros. Negociar. No entrar en peleas. Evitar problemas con otros.	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29 y 30	
	Habilidades para el manejo de estrés	Formular/responder queja. Resolver vergüenza. Defender a un amigo. Persuasión, Respuesta a fracaso. Responder a acusación Respuesta a Presión de grupo.	31, 32, 33, 34, 35, 35, 37, 38, 39, 40, 41 y 42	
	Habilidades de planificación	Tomar decisión. Discernimiento. Tener objetivos. Recoger información. Priorizar problemas. Tomar iniciativa. Concentrarse en tareas. Determinar habilidades	43, 44, 45, 46, 47, 48, 49 y 50	
Resiliencia	Satisfacción personal	Autoconciencia Calidad de vida Autovaloración Realista	16, 21, 22, 25	<b>Nivel bajo:</b> está en 25 o por debajo  <b>Nivel promedio:</b> 26 y 74  <b>Nivel Alto:</b> 75 a 99 de una ALTA capacidad de resiliencia.
	Ecuanimidad	Perspectiva de la vida Tranquilidad Planificación Autovaloración	7, 8, 11, 12	
	Sentirse bien solo	Libertad Relaciones Interpersonales Conductas solitarias Automotivación	5, 3, 19	
	Confianza en sí mismo	Autonocimiento Paciencia Asertividad Autocritica Suficiencia	6, 9, 10, 13, 17, 18, 24	
	Perseverancia	Autodisciplina Persistencia Interés Deseo de logro Planificación	1, 2, 4, 14, 15, 20, 23	

## Anexo 3. Instrumentos

### ESCALA DE EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y que hace que ustedes sean más o menos capaces. Deberás calificar tus habilidades marcando cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

- Marca 1 si nunca utilizas bien la habilidad.
- Marca 2 si utilizas muy pocas veces la habilidad.
- Marca 3 si utilizas alguna vez bien la habilidad.
- Marca 4 si utilizas a menudo bien la habilidad.
- Marca 5 si utilizas siempre bien la habilidad.

Grado:.....	Sección: .....
Sexo: Masculino ( ) Femenino: ( )	

GRUPO I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	1	2	3	4	5
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	1	2	3	4	5
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	1	2	3	4	5
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por tí?	1	2	3	4	5
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	1	2	3	4	5
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	1	2	3	4	5
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	1	2	3	4	5

<b>GRUPO II: HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS</b>					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	1	2	3	4	5
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	1	2	3	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	2	3	4	5
<b>GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>					
	nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	siempre
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	1	2	3	4	5
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	1	2	3	4	5
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	1	2	3	4	5
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	1	2	3	4	5
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	1	2	3	4	5
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	1	2	3	4	5
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	1	2	3	4	5
<b>GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS</b>					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	1	2	3	4	5
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	1	2	3	4	5
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	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 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
<b>GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
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 un amigo(a) no ha sido tratado 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 por qué 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	
<b>GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN</b>					
	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
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 prestas atenciones a lo que quieres hacer?	1	2	3	4	5

## ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

### Instrucciones:

A continuación, se les presentará una serie de frases a las cuales usted responderá. No existen respuestas correctas ni incorrectas; estas tan solo nos permitirán conocer su opinión personal sobre sí mismo(a).

	Totalmente de acuerdo	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	En desacuerdo	Muy de desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1. Cuando planeo algo lo realizo.							
2. Generalmente me las arreglo de una u otra manera.							
3. Dependo más de sí mismo (a) que de otras personas.							
4. Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
5. Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo.							
6. Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.							
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo							
8. Soy amigo(a) de mí mismo.							
9. Siento que puedo manejar vanas cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido(a).							
11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
12. Tomo las cosas una por otra.							
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.							
14. Tengo autodisciplina.							
15. Me mantengo interesado(a) en las cosas							
16. Por lo general, encuentro algo de que reírme.							
17. El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles.							
18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.							
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.							
20. Algunas vece me obligo a hacer cosas aunque no quiera.							
21. Mi vida tiene significado.							
22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.							
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							
24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.							
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.							

## Anexo 4. Validación de los instrumentos

### ESCALA DE EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES

<b>G I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>	Pertinencia		Relevancia		Clar	idad	sugerencia
	si	no	si	no	si		
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	X		X		X		
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	X		X		X		
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	X		X		X		
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	X		X		X		
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	X		X		X		
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecida(o) con ellos por algo que hicieron por ti?	X		X		X		
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	X		X		X		
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	X						
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	X		X		X		

<b>GRUPO II: HABILIDADES SOC. AVANZADAS</b>								
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	X		X		X			
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	X		X		X			
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	X		X		X			
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	X		X		X			
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	X		X		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?	X		X		X			

<b>GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>							
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	X		X		X		
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	X		X				
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	X		X		X		
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	X		X		X		
19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	X		X		X		
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	X		X		X		
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	X		X		X		

<b>GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS</b>							
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	X		X		X		
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	X		X		X		
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	X		X		X		
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	X		X		X		
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapan las cosas de la mano?	X		X		X		
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	X		X		X		
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	X		X		X		
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	X		X		X		
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	X		X		X		

<b>GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>							
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	X		X		X		
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	X		X		X		
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	X		X		X		
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	X		X		X		
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	X		X		X		
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido tratado de manera	X		X		X		

justa?						
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?	X		X		X	
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	X		X		X	
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	X		X		X	
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la acusación?	X		X		X	
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	X		X		X	
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	X		X		X	

<b>GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN</b>						
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	X		X		X	
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	X		X		X	
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	X		X		X	
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	X		X		X	
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	X		X		X	
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	X		X		X	
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	X		X		X	
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

**Cruz Telada, Yreneo Eugenio**

**DNI: 09946516**

Especialidad del validador: **Psicólogo de la Salud**

**Lima, 20 de Marzo del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



**Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada**

**DOCTOR EN PSICOLOGIA**

Firma del Validador

## VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS DE HABILIDADES SOCIALES

<b>G I: PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES</b>	Pertinencia		Relevancia		Clar	idad	sugerencia
	si	no	si	no	si		
1. ¿Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te están diciendo?	X		X		X		
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	X		X		X		
2. ¿Inicias una conversación con otras personas y luego puedes mantenerla por un momento?	X		X		X		
3. ¿Hablas con otras personas sobre cosas que interesan a ambos?	X		X		X		
4. ¿Eliges la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada?	X		X		X		
5. ¿Dices a los demás que tú estás agradecido (a) con ellos por algo que hicieron por ti?	X		X		X		
6. ¿Te esfuerzas por conocer nuevas personas por propia iniciativa?	X		X		X		
7. ¿Presentas a nuevas personas con otros(as)?	X						
8. ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen?	X		X		X		

<b>GRUPO II: HABILIDADES SOC. AVANZADAS</b>								
9. ¿Pides ayuda cuando la necesitas?	X		X		X			
10. ¿Te integras a un grupo para participar en una determinada actividad?	X		X		X			
11. ¿Explicas con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	X		X		X			
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente?	X		X		X			
13. ¿Pides disculpas a los demás cuando has hecho algo que sabes que está mal?	X		X		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?	X		X		X			

<b>GRUPO III: HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS</b>								
15. ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas?	X		X		X			
16. ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes?	X		X					
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?	X		X		X			
18. ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?	X		X		X			

19. ¿Permites que los demás sepan que tú te interesas o te preocupas por ellos?	X		X		X		
20. ¿Cuándo sientes miedo, piensas porqué lo sientes, y luego intentas hacer algo para disminuirlo?	X		X		X		
21. ¿Te das a ti mismo una recompensa después de hacer algo bien?	X		X		X		

<b>GRUPO IV: HABILIDADES ALTERNATIVAS</b>							
22. ¿Sabes cuándo es necesario pedir permiso para hacer algo y luego se lo pides a la persona indicada?	X		X		X		
23. ¿Compartes tus cosas con los demás?	X		X		X		
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?	X		X		X		
25. ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que satisfaga a ambos?	X		X		X		
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te escapen las cosas de la mano?	X		X		X		
27. ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?	X		X		X		
28. ¿Conservas el control cuando los demás te hacen bromas?	X		X		X		
29. ¿Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas?	X		X		X		
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?	X		X		X		

<b>GRUPO V: HABILIDADES PARA HACER FRENTE A ESTRÉS</b>							
31. ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado, cuando ellos han hecho algo que no te gusta?	X		X		X		
32. ¿Intentas escuchar a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan por ti?	X		X		X		
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?	X		X		X		
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido?	X		X		X		
35. ¿Determinas si te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en esa situación?	X		X		X		
36. ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo(a) no ha sido tratado de manera justa?	X		X		X		
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?	X		X		X		
38. ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular?	X		X		X		
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen y hacen otra?	X		X		X		
40. ¿Comprendes de qué y por qué has sido acusada(o) y luego piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que hizo la	X		X		X		

acusación?						
41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista, antes de una conversación problemática?	X		X		X	
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?	X		X		X	

<b>GRUPO VI: HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN</b>						
43. ¿Si te sientes aburrido(a), intentas encontrar algo interesante que hacer?	X		X		X	
44. ¿Si surge un problema, intentas determinar que lo causó?	X		X		X	
45. ¿Tomas decisiones realistas sobre lo que te gustaría realizar antes de comenzar una tarea?	X		X		X	
46. ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar antes de comenzar una tarea?	X		X		X	
47. ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir la información?	X		X		X	
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus numerosos problemas es el más importante y cuál debería solucionarse primero?	X		X		X	
49. ¿Analizas entre varias posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor?	X		X		X	
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y solo prestas atención a lo que quieres hacer?	X		X		X	

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** \_\_\_\_ **SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [ X ]** Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

**Ysabel Virginia Pariona Navarro**

**DNI: 10219341**

Especialidad del validador: **Psicóloga Educativa**

**Lima, 14 de Julio del 2021**



-----  
**Ysabel V. Pariona Navarro**  
**Psicóloga**  
**Esp. Terapia de Lenguaje**  
**C.F.P. N° 9421**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

## VALIDEZ DE CONTENIDO POR JUICIO DE EXPERTOS DE LA RESILIENCIA

N°	DIMENSIONES	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
01	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas	X		X		X		
02	Dependo más de mí mismo que de otras personas	X		X		X		
03	Me mantengo interesado en las cosas	X		X		X		
04	Generalmente me las arreglo de una forma u otra	X		X		X		
05	Puedo estar solo si tengo que hacerlo	X		X		X		
06	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	X		X		X		
07	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	X		X		X		
08	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	X		X		X		
09	Mi vida tiene significado	X		X		X		
10	Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida	X		X		X		
11	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	X		X		X		
14	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		
17	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		
19	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
20	Siento que puedo realizar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	X		X		X		
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
23	Soy decidido (a)	X		X		X		
24	Por lo general encuentro algo en que reírme.	X		X		X		
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [ X]** Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

**Cruz Telada, Yreneo Eugenio**

**DNI: 09946516**

Especialidad del validador: **Psicólogo de la Salud**

**Lima, 20 de Marzo del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo



**Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada**

**DOCTOR EN PSICOLOGIA**

Firma del Validador

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

**VALIDEZ DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE 2: RESILIENCIA**

N°	DIMENSIONES	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		si	no	si	no	si	no	
01	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas	X		X		X		
02	Dependo más de mí mismo que de otras personas	X		X		X		
03	Me mantengo interesado en las cosas	X		X		X		
04	Generalmente me las arreglo de una forma u otra	X		X		X		
05	Puedo estar solo si tengo que hacerlo	X		X		X		
06	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles	X		X		X		
07	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	X		X		X		
08	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida	X		X		X		
09	Mi vida tiene significado	X		X		X		
10	Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida	X		X		X		
11	Cuando planeo algo lo realizo.	X		X		X		
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	X		X		X		
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	X		X		X		
14	Soy amigo de mí mismo.	X		X		X		
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	X		X		X		
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	X		X		X		
17	Tomo las cosas una por una.	X		X		X		
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	X		X		X		
19	Tengo autodisciplina.	X		X		X		
20	Siento que puedo realizar varias cosas al mismo tiempo.	X		X		X		
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	X		X		X		
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	X		X		X		
23	Soy decidido (a)	X		X		X		
24	Por lo general encuentro algo en que reírme.	X		X		X		
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	X		X		X		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_ SI HAY SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [ X]** Aplicable después de corregir [ ] No aplicable [ ]

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr./ Mg:**

**Ysabel Virginia Pariona Navarro**

**DNI: 10219341**

Especialidad del validador: **Psicóloga Educativa**

**Lima, 14 de Julio del 2021**

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup>**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

<sup>3</sup>**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



**Ysabel V. Pariona Navarro**  
Psicóloga  
Esp. Terapia de Lenguaje  
C.F.P. N° 9421

**Anexo 5. Matriz de datos**

**HABILIDADES SOCIALES**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
3	5	5	3	2	3	1	1	5	3	5	2	1	4	1	1	1	2	2	5	1	4	4	4	4	1	4	2	1	2	
3	2	2	2	2	2	2	2	5	5	5	3	5	2	2	5	5	2	5	3	5	2	2	5	5	2	3	5	3	5	
5	2	3	2	1	4	1	3	4	3	4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	4	4	2	4	2	1	1	1	2	
5	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	3	4	1	4	4	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	1	
1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	
5	2	3	2	5	4	5	3	4	3	4	2	5	2	2	5	5	5	5	5	5	5	4	4	2	4	2	5	5	5	2
1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
5	5	2	5	4	1	5	1	1	3	2	4	2	4	2	1	5	1	2	1	1	3	1	2	4	4	1	2	4	1	
2	1	5	1	5	5	4	4	4	1	2	4	5	4	1	4	4	2	3	2	1	2	1	1	2	2	3	1	5	2	
3	3	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	3	1	2	3	1	
1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	
3	4	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	1	3	4	2	2	3	2	3	4	4	2	3	2	1	1	
2	5	4	2	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	1	2	1	1	2	2	3	1	1	1	3	1	
5	1	2	1	2	4	4	1	4	4	2	5	2	1	4	4	4	4	1	1	2	5	1	1	2	3	1	1	3	1	
5	3	5	4	3	3	4	3	5	5	5	3	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	
4	3	3	1	3	1	4	3	3	4	3	1	1	1	3	3	4	1	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	
5	1	2	1	2	4	4	1	4	4	2	1	2	1	4	4	4	4	1	1	2	1	1	1	2	3	3	1	3	1	
3	1	2	1	1	4	2	1	4	2	2	4	1	1	4	3	1	2	3	1	1	1	4	3	2	2	4	1	3	4	
5	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	3	4	1	4	4	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	1	
4	3	5	5	3	3	5	4	3	5	2	5	3	5	5	4	5	5	2	4	3	5	4	4	4	4	3	5	5	4	
2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1	
1	1	3	1	1	1	3	3	1	3	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
3	1	2	1	1	2	3	2	2	1	1	2	4	1	4	2	1	3	1	1	4	4	1	4	1	4	2	1	2	1	
5	3	3	5	1	4	2	2	1	4	2	5	4	1	5	3	2	5	4	3	5	3	2	5	5	3	1	1	3	3	

1	2	2	1	4	4	3	1	1	3	1	1	4	4	1	2	1	2	1	1	3	3	3	2	1	1	2	3	4	3
4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	1	1	3	1	3	2	3	2	1	4	1	1
3	3	3	4	5	3	5	4	5	1	2	4	2	1	5	4	1	3	5	5	3	4	3	5	2	4	2	4	3	5
1	1	3	5	5	5	3	3	4	3	1	3	5	5	5	3	3	5	4	3	1	4	1	1	4	1	5	1	5	2
3	4	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	1	3	4	2	2	3	2	3	4	4	2	3	2	1	1
2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1
5	3	5	4	3	3	4	3	5	5	5	3	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4
2	4	3	1	2	3	4	4	1	1	1	3	1	4	2	3	3	1	1	2	1	1	1	1	4	1	3	3	1	2
4	3	3	1	3	1	4	3	3	4	3	1	1	1	3	3	4	1	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1
3	2	3	4	2	2	5	2	4	5	5	5	2	4	2	2	4	4	5	3	2	5	4	2	5	4	5	5	3	2
1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	1
5	4	4	5	3	3	5	5	1	5	4	4	4	3	5	3	2	4	1	5	3	3	2	3	2	4	2	3	1	5
2	5	4	2	5	4	5	3	2	1	1	2	4	2	5	3	3	4	4	2	5	5	2	2	3	5	5	5	3	5
2	3	1	3	1	1	2	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	3
5	3	5	4	3	3	4	3	5	5	5	3	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4
2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1
2	4	5	1	4	2	1	4	3	5	1	3	4	4	5	4	2	4	1	1	3	5	1	3	4	4	4	1	1	2
2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1
1	1	3	5	5	5	3	3	4	3	1	3	5	5	5	3	3	5	4	3	1	4	1	1	4	1	5	1	5	2
3	1	4	4	1	2	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	3	3	3	5	5	1	1
2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	3	2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2
1	1	5	1	3	4	3	3	1	2	5	4	1	2	2	3	3	2	2	3	2	1	4	5	3	4	1	2	3	5
3	3	2	5	3	2	5	5	1	1	1	4	2	5	2	5	2	5	2	2	5	1	5	1	3	2	2	5	1	1
2	5	4	1	4	5	1	5	2	3	2	1	1	1	3	1	5	4	5	5	5	2	5	4	2	2	4	3	1	5
2	3	4	3	5	3	5	4	4	5	3	2	2	5	3	5	2	5	5	5	5	2	5	2	5	2	2	2	4	3
2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	3	2	1	2	1	1	3	2	1	1	2	1	1	2
5	2	3	2	5	4	5	3	4	3	4	2	5	2	2	5	5	5	5	5	5	4	4	2	4	2	5	5	5	2
3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	3	4	1	3	1	2	1	3	1	4	3	4	3	3	4	2	2	4	3	1	1	1	3	2	4	4	1	1	4
3	1	2	1	1	2	3	3	1	1	3	2	2	2	2	2	1	3	3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2

2	5	4	2	5	4	5	3	2	1	1	2	4	2	5	3	3	4	4	2	5	5	2	2	3	5	1	5	3	5	
1	2	2	5	4	4	3	5	1	3	5	5	4	4	1	2	5	2	1	5	3	3	3	2	1	5	2	3	4	3	
3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
4	2	5	2	1	1	3	4	2	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3	4	3	1	3	1	4	
2	5	4	1	4	5	1	5	2	3	2	1	1	1	3	1	5	4	5	5	5	2	5	4	2	2	4	3	1	5	
4	1	1	1	4	1	2	1	1	2	3	4	4	4	3	3	1	3	3	1	2	4	4	4	4	1	2	4	3	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	1	
3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	1	1	2	3	1	3	1	
4	1	1	1	4	1	2	1	1	2	3	4	4	4	3	3	1	3	3	1	2	4	4	4	1	2	4	3	1	1	
2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	2	1	3	1	2	1	1	3	3	3	
4	3	3	5	3	5	4	3	3	4	3	5	5	5	3	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	
1	1	4	1	4	4	3	1	3	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	1	2	3	
1	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	2	1	1	4	2	3	4	1	3	4	4	3	2	4	2	1	1	4	
3	1	4	4	1	2	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	1	2	2	4	3	3	3	3	3	1	1	1	
5	1	1	2	5	1	3	2	5	2	1	3	1	2	4	4	1	5	4	1	2	2	2	5	1	2	5	2	3	4	
2	1	4	4	3	2	1	4	5	1	4	4	5	1	3	4	4	1	4	1	3	1	1	2	1	3	1	5	2	2	
4	2	5	2	1	1	3	4	2	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3	4	3	1	3	1	4	
2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	1	1	3	2	1	2	2	2	4	4	1	3	4	1	3	4	1	4	2	2	
1	2	2	3	3	3	4	3	3	5	1	4	2	2	2	3	1	1	3	5	2	2	5	4	5	2	5	5	3	5	
5	5	5	3	3	3	4	3	3	5	5	4	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	5	
3	1	4	4	1	2	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	1	2	2	1	3	3	3	3	5	5	1	1	
4	5	1	3	4	5	4	1	4	3	4	3	4	4	2	4	3	5	1	1	4	4	4	2	3	3	4	5	2	2	
1	4	2	4	1	4	2	4	1	4	1	1	4	3	3	1	1	4	1	4	1	4	1	2	3	1	4	2	4	1	
2	3	4	3	5	3	5	4	4	5	3	2	2	5	3	5	2	5	5	5	5	2	5	2	5	2	2	2	4	3	
1	1	4	1	2	1	3	2	1	1	4	4	2	5	5	3	5	1	3	1	5	2	4	3	1	1	4	1	3	2	
3	1	1	3	3	1	3	2	1	1	1	2	1	1	3	1	3	3	1	3	2	1	3	3	1	1	3	1	1	3	
2	1	4	2	2	2	4	1	1	3	1	1	3	2	1	2	2	2	4	4	1	3	4	1	3	4	1	4	2	2	
5	1	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	4	4	1	1	3	2	1	4	3	2	2	1	3	
3	2	2	2	3	2	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	1	2	1	1	2	1	3	2	2	
1	5	2	3	3	1	1	5	2	5	2	2	1	3	4	2	5	2	4	1	5	1	2	3	4	2	5	5	4	5	

2	5	4	4	3	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	4	4	5	4	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5
1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	1
4	5	1	4	2	2	4	1	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	5	1	3	5	3	2	3	2	5	4	5	1
3	1	2	5	1	2	3	2	2	5	5	2	4	1	4	2	5	3	1	1	4	4	5	4	1	4	2	1	2	5
2	1	4	4	3	2	1	4	5	1	4	4	5	1	3	4	4	1	4	1	3	1	1	2	1	3	1	5	2	2
3	3	5	2	1	2	4	2	1	1	3	4	5	4	3	3	1	4	3	5	1	4	5	2	1	5	3	3	4	5
2	5	4	4	3	5	5	4	5	5	4	4	5	5	3	4	4	5	4	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5
3	1	1	3	3	1	3	2	1	1	1	2	1	1	3	1	3	3	1	3	2	1	3	3	1	1	3	1	1	3
1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	4	3	4	2	1	2	1	4	3	1	2	1	1	1	4	2	1	2	1
3	5	5	3	2	3	1	1	5	3	5	2	1	4	1	1	1	2	2	5	1	4	4	4	4	1	4	2	1	2
3	2	2	2	3	2	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	1	2	1	1	2	1	3	2	2
3	5	2	4	3	5	3	2	5	4	5	2	2	2	1	2	3	4	5	2	3	4	1	1	3	2	1	1	2	3
3	3	4	1	3	1	2	1	3	1	4	3	4	3	3	4	2	2	4	3	1	1	1	3	2	4	4	1	1	4
4	1	3	1	1	1	1	1	4	2	3	1	1	3	3	2	1	4	1	3	3	2	3	1	3	2	4	1	4	4
1	1	1	2	3	3	2	1	1	1	2	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	1	2
3	5	5	3	2	3	1	1	5	3	5	2	1	4	1	1	1	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	2	5	2
5	2	3	2	1	1	1	3	1	3	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2
1	4	2	4	1	4	2	4	1	4	1	1	4	3	3	1	1	4	1	4	1	4	1	2	3	1	4	2	4	1
3	1	2	1	1	4	2	1	4	2	2	4	1	1	4	3	1	2	3	1	1	1	4	3	2	2	4	1	3	4
1	5	2	3	3	5	5	5	2	5	2	2	5	3	4	2	5	2	4	5	5	5	2	3	4	2	5	2	4	5
1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
3	2	2	2	3	2	1	2	1	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	3	3	1	2	1	1	2	1	3	2	2
4	5	1	3	4	1	4	1	4	3	4	3	4	4	2	4	3	1	1	1	4	4	4	2	3	3	4	1	2	2
1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	3	2	1	3	2	1	1
4	2	5	2	1	1	3	4	2	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3	4	3	1	3	1	4
1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
5	4	4	5	3	3	5	5	1	5	4	4	4	3	5	3	2	4	1	5	3	3	2	3	2	4	2	3	1	5
5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	3	4	5	4	4	5	5	2	3	2	3	2	2	3	2	5
4	3	5	5	3	3	5	4	3	5	2	5	3	5	5	4	5	5	2	4	3	5	4	4	4	3	5	5	5	4
2	1	4	3	4	1	3	1	1	4	3	4	1	4	1	4	3	4	3	1	2	1	3	2	2	3	4	2	1	4

2	1	4	3	4	1	3	1	1	4	3	4	1	4	1	4	3	4	3	1	2	1	3	2	2	3	4	2	1	4
3	5	5	3	2	3	1	1	5	3	5	2	1	4	1	1	1	2	2	5	1	4	4	4	4	1	4	2	1	2
3	1	2	1	1	4	2	1	4	2	2	4	1	1	4	3	1	2	3	1	1	1	4	3	2	2	4	1	3	4
3	4	2	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	1	3	4	2	2	3	2	3	4	4	2	3	2	1	1
3	3	2	5	3	2	5	5	1	1	1	4	2	5	2	5	2	5	2	2	5	1	1	1	2	2	2	1	1	1
3	3	2	5	3	2	5	5	1	1	1	4	2	5	2	5	2	5	2	2	5	1	1	1	2	2	2	1	1	1

31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49
3	5	2	1	2	4	5	1	5	5	1	3	4	2	1	2	3	1	1
3	5	5	3	2	2	3	5	3	5	5	2	3	5	5	2	5	2	5
1	2	1	3	1	4	1	2	3	1	1	1	1	3	1	4	2	1	1
2	1	4	2	1	1	3	3	1	1	1	4	2	3	1	1	3	1	2
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
5	2	5	3	5	4	5	2	3	5	5	5	5	3	5	4	2	5	5
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	3	1	4	1	1	1	1	1	3	1	5	3	3	1	2	4	1
2	3	3	2	1	1	1	1	4	2	3	2	1	2	3	2	2	4	3
1	3	3	2	1	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	3	1	1	2
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
1	4	4	1	3	4	1	5	1	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3
1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	3	1	1	3	1	3
1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	5	1	2	3	1	1	1	2	5
4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	1
4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	1
1	1	2	3	1	4	1	3	4	2	1	1	2	3	4	4	4	2	1
3	4	1	1	3	1	1	4	2	1	2	3	3	4	4	2	4	3	4
2	1	4	2	1	1	3	3	1	1	1	4	2	3	1	1	3	1	2
4	3	2	5	5	5	2	3	2	3	3	5	2	2	4	5	5	5	2
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1
1	1	1	3	2	3	2	1	1	2	3	5	3	5	2	1	3	3	2
1	4	4	2	1	4	4	1	1	1	4	1	2	3	1	2	1	1	1
3	2	5	5	3	1	4	5	5	5	4	3	4	5	5	3	3	3	4
1	2	1	1	3	4	1	3	1	3	2	1	1	1	4	2	1	1	1
2	4	3	1	1	3	1	4	2	3	1	1	2	4	1	1	3	4	1
4	3	2	2	1	1	3	2	5	5	4	2	4	3	5	5	4	5	4
4	5	4	3	2	3	2	4	5	2	3	1	3	4	2	1	3	3	2
1	4	4	1	3	4	1	5	1	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1
4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	1
3	4	4	1	3	2	4	1	2	3	4	1	1	1	1	2	2	3	4
4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	1
5	5	5	5	2	4	5	5	3	3	2	3	2	2	5	5	3	5	2
3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2

2	4	1	3	1	1	4	4	2	1	5	4	2	4	5	1	2	1	5
4	3	4	5	5	1	5	4	1	3	2	2	3	3	4	5	3	5	3
2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1
4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	1
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1
1	4	2	4	4	4	5	4	5	1	4	5	5	4	2	1	4	2	4
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1
4	5	4	3	2	3	2	4	5	2	3	1	3	4	2	1	3	3	2
1	2	1	5	5	5	1	2	5	2	2	3	5	4	3	5	1	2	3
2	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	1	3	1	3	1
3	3	1	3	2	5	1	2	1	3	3	3	5	2	1	5	2	4	1
1	2	3	2	3	4	3	3	1	4	1	5	2	4	1	1	2	5	4
3	5	2	1	2	5	4	4	3	5	2	2	5	5	4	4	3	1	3
5	2	2	5	5	4	5	3	3	5	2	5	4	5	5	5	5	5	2
2	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	1	3	1	3	1
5	2	5	3	5	4	5	2	3	5	5	5	5	3	5	4	2	5	5
1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1
2	2	1	1	2	1	3	3	3	1	4	4	2	1	4	1	4	4	1
3	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2
4	3	4	5	5	1	1	4	1	3	2	2	3	3	4	5	3	1	3
1	2	1	5	3	4	1	3	1	3	2	1	5	5	4	2	5	5	5
1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1
1	2	2	1	4	1	1	1	2	4	4	2	2	3	2	4	4	1	1
3	5	2	1	2	5	4	4	3	5	2	2	5	5	4	4	3	1	3
1	1	1	4	1	3	4	3	4	1	1	4	4	2	3	2	1	1	1
2	1	1	2	1	1	3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	3	1	2
3	1	1	3	2	2	3	1	3	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1
1	1	1	4	1	3	4	3	4	1	1	4	4	2	3	2	1	1	1
3	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1
4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5
1	1	1	3	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	4	2	1	4	1
1	2	1	3	1	4	3	4	1	4	1	1	3	3	4	3	1	1	2
1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	3	1	4	3	1	1	2	3
3	5	4	1	4	3	1	4	5	2	4	5	4	1	5	4	4	3	2
4	5	2	5	1	1	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5
5	2	1	1	4	1	5	1	1	4	4	2	1	3	2	4	1	1	1

2	2	4	1	2	4	4	4	2	1	3	3	4	4	1	3	1	3	3
5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	2	5	5	3	3	2	4	4
5	5	5	3	5	5	5	5	4	3	5	5	5	5	3	3	5	4	4
1	2	1	5	5	5	1	2	5	2	2	3	5	1	3	1	1	2	3
2	1	2	4	1	1	5	4	5	2	1	1	3	4	2	3	5	5	2
3	1	1	1	4	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4	3	3	3	3
5	2	2	5	5	4	5	3	3	5	2	5	4	5	5	5	5	5	2
1	2	2	4	4	1	1	4	1	2	3	3	1	1	1	1	2	2	1
1	3	2	1	2	1	1	3	1	4	1	1	3	3	3	3	3	1	3
2	2	4	1	2	4	4	4	2	1	3	3	4	4	1	3	1	3	3
3	4	3	1	2	1	3	4	1	3	1	4	1	4	4	2	3	1	1
1	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1
5	4	5	3	5	2	4	5	5	4	3	4	4	5	4	4	4	5	5
4	5	5	5	5	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5
3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2
2	4	3	5	5	3	1	4	2	3	5	5	2	4	5	5	3	4	5
1	4	4	2	1	4	4	1	5	1	4	1	2	3	1	2	1	1	5
4	5	2	5	1	1	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5
4	2	2	3	4	4	4	5	2	3	1	2	3	5	1	5	5	2	5
4	5	5	5	5	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5
1	3	2	1	2	1	1	3	1	4	1	1	3	3	3	3	3	1	3
1	4	1	3	1	1	1	4	2	2	4	1	1	4	4	1	2	4	1
3	1	2	1	2	4	1	1	1	1	1	3	4	2	1	2	3	1	1
1	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1
4	2	2	2	1	3	2	4	1	2	1	4	1	3	1	1	4	1	3
2	2	1	1	2	1	3	3	3	1	4	4	2	1	4	1	4	4	1
1	2	1	2	1	4	3	2	4	1	4	4	2	2	1	3	2	1	2
2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1
3	1	2	1	2	1	5	5	1	5	1	3	1	2	1	2	3	1	1
1	2	1	3	1	1	1	2	3	5	5	5	1	3	5	4	2	1	1
3	1	1	1	4	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4	3	3	3	3
3	4	1	1	3	1	1	4	2	1	2	3	3	4	4	2	4	3	4
5	4	3	3	5	2	4	5	3	4	3	4	4	5	4	4	4	5	2
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1
2	1	2	4	1	1	1	4	1	2	1	1	3	4	2	3	1	1	2

3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2
1	2	2	1	4	1	1	1	2	4	4	2	2	3	2	4	4	1	1
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	4	1	3	1	1	4	4	2	1	5	4	2	4	5	1	2	1	5
2	5	4	2	5	5	3	3	5	5	5	4	2	3	5	5	3	5	2
4	3	2	5	5	5	2	3	2	3	3	5	2	2	4	5	5	5	2
3	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	3	4	1	2	4	1	2	2
3	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	3	4	1	2	4	1	2	2
3	1	2	1	2	4	1	1	1	1	1	3	4	2	1	2	3	1	1
3	4	1	1	3	1	1	4	2	1	2	3	3	4	4	2	4	3	4
1	4	4	1	3	4	1	5	1	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3
1	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	2	4	1	1	2	1	4
1	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	2	4	1	1	2	1	4

## VARIABLE RESILIENCIA

31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
3	5	2	1	2	4	5	1	5	5	1	3	4	2	1	2	3	1	1	2
3	5	5	3	2	2	3	5	3	5	5	2	3	5	5	2	5	2	5	3
1	2	1	3	1	4	1	2	3	1	1	1	1	3	1	4	2	1	1	4
2	1	4	2	1	1	3	3	1	1	1	4	2	3	1	1	3	1	2	1
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
5	2	5	3	5	4	5	2	3	5	5	5	5	3	5	4	2	5	5	4
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	3	1	4	1	1	1	1	1	3	1	5	3	3	1	2	4	1	1
2	3	3	2	1	1	1	1	4	2	3	2	1	2	3	2	2	4	3	3
1	3	3	2	1	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	3	1	1	2	2
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
1	4	4	1	3	4	1	5	1	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3	3
1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	3	1	1	3	1	3	1
1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	5	1	2	3	1	1	1	2	5	1
4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	1	3
4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	1	4
1	1	2	3	1	4	1	3	4	2	1	1	2	3	4	4	4	2	1	4
3	4	1	1	3	1	1	4	2	1	2	3	3	4	4	2	4	3	4	2
2	1	4	2	1	1	3	3	1	1	1	4	2	3	1	1	3	1	2	1
4	3	2	5	5	5	2	3	2	3	3	5	2	2	4	5	5	5	2	2
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1
1	1	1	3	2	3	2	1	1	2	3	5	3	5	2	1	3	3	2	2
1	4	4	2	1	4	4	1	1	1	4	1	2	3	1	2	1	1	1	1
3	2	5	5	3	1	4	5	5	5	4	3	4	5	5	3	3	3	4	5
1	2	1	1	3	4	1	3	1	3	2	1	1	1	4	2	1	1	1	4
2	4	3	1	1	3	1	4	2	3	1	1	2	4	1	1	3	4	1	1
4	3	2	2	1	1	3	2	5	5	4	2	4	3	5	5	4	5	4	5
4	5	4	3	2	3	2	4	5	2	3	1	3	4	2	1	3	3	2	2
1	4	4	1	3	4	1	5	1	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3	3
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1
4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	1	3
3	4	4	1	3	2	4	1	2	3	4	1	1	1	1	2	2	3	4	1
4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	1	4

5	5	5	5	2	4	5	5	3	3	2	3	2	2	5	5	3	5	2	5
3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
2	4	1	3	1	1	4	4	2	1	5	4	2	4	5	1	2	1	5	5
4	3	4	5	5	1	5	4	1	3	2	2	3	3	4	5	3	5	3	4
2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2
4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	3	1	2
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1
1	4	2	4	4	4	5	4	5	1	4	5	5	4	2	1	4	2	4	5
1	1	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1
4	5	4	3	2	3	2	4	5	2	3	1	3	4	2	1	3	3	2	2
1	2	1	5	5	5	1	2	5	2	2	3	5	4	3	5	1	2	3	3
2	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	1	3	1	3	1	2
3	3	1	3	2	5	1	2	1	3	3	3	5	2	1	5	2	4	1	3
1	2	3	2	3	4	3	3	1	4	1	5	2	4	1	1	2	5	4	2
3	5	2	1	2	5	4	4	3	5	2	2	5	5	4	4	3	1	3	4
5	2	2	5	5	4	5	3	3	5	2	5	4	5	5	5	5	5	2	2
2	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	1	2	1	1	3	1	3	1	2
5	2	5	3	5	4	5	2	3	5	5	5	5	3	5	4	2	5	5	4
1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1
2	2	1	1	2	1	3	3	3	1	4	4	2	1	4	1	4	4	1	4
3	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1
4	3	4	5	5	1	1	4	1	3	2	2	3	3	4	5	3	1	3	4
1	2	1	5	3	4	1	3	1	3	2	1	5	5	4	2	5	5	5	4
1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1
1	2	2	1	4	1	1	1	2	4	4	2	2	3	2	4	4	1	1	4
3	5	2	1	2	5	4	4	3	5	2	2	5	5	4	4	3	1	3	4
1	1	1	4	1	3	4	3	4	1	1	4	4	2	3	2	1	1	1	1
2	1	1	2	1	1	3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	3	1	2	1
3	1	1	3	2	2	3	1	3	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1	3
1	1	1	4	1	3	4	3	4	1	1	4	4	2	3	2	1	1	1	1
3	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1
4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4
1	1	1	3	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	4	2	1	4	1	3
1	2	1	3	1	4	3	4	1	4	1	1	3	3	4	3	1	1	2	1
1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	3	1	4	3	1	1	2	3	3
3	5	4	1	4	3	1	4	5	2	4	5	4	1	5	4	4	3	2	5

4	5	2	5	1	1	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5	2
5	2	1	1	4	1	5	1	1	4	4	2	1	3	2	4	1	1	1	4
2	2	4	1	2	4	4	4	2	1	3	3	4	4	1	3	1	3	3	3
5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	2	5	5	3	3	2	4	4	5
5	5	5	3	5	5	5	5	4	3	5	5	5	5	3	3	5	4	4	3
1	2	1	5	5	5	1	2	5	2	2	3	5	1	3	1	1	2	3	3
2	1	2	4	1	1	5	4	5	2	1	1	3	4	2	3	5	5	2	5
3	1	1	1	4	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2
5	2	2	5	5	4	5	3	3	5	2	5	4	5	5	5	5	5	2	2
1	2	2	4	4	1	1	4	1	2	3	3	1	1	1	1	2	2	1	1
1	3	2	1	2	1	1	3	1	4	1	1	3	3	3	3	3	1	3	1
2	2	4	1	2	4	4	4	2	1	3	3	4	4	1	3	1	3	3	3
3	4	3	1	2	1	3	4	1	3	1	4	1	4	4	2	3	1	1	4
1	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1	1
5	4	5	3	5	2	4	5	5	4	3	4	4	5	4	4	4	5	5	3
4	5	5	5	5	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5	5
3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
2	4	3	5	5	3	1	4	2	3	5	5	2	4	5	5	3	4	5	1
1	4	4	2	1	4	4	1	5	1	4	1	2	3	1	2	1	1	5	5
4	5	2	5	1	1	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5	2
4	2	2	3	4	4	4	5	2	3	1	2	3	5	1	5	5	2	5	4
4	5	5	5	5	5	5	4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5	5
1	3	2	1	2	1	1	3	1	4	1	1	3	3	3	3	3	1	3	1
1	4	1	3	1	1	1	4	2	2	4	1	1	4	4	1	2	4	1	1
3	1	2	1	2	4	1	1	1	1	1	3	4	2	1	2	3	1	1	2
1	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1	1
4	2	2	2	1	3	2	4	1	2	1	4	1	3	1	1	4	1	3	1
2	2	1	1	2	1	3	3	3	1	4	4	2	1	4	1	4	4	1	4
1	2	1	2	1	4	3	2	4	1	4	4	2	2	1	3	2	1	2	4
2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2
3	1	2	1	2	1	5	5	1	5	1	3	1	2	1	2	3	1	1	2
1	2	1	3	1	1	1	2	3	5	5	5	1	3	5	4	2	1	1	1
3	1	1	1	4	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2
3	4	1	1	3	1	1	4	2	1	2	3	3	4	4	2	4	3	4	2
5	4	3	3	5	2	4	5	3	4	3	4	4	5	4	4	4	5	2	3
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

1	1	3	1	2	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	1	2	2	1	1
2	1	2	4	1	1	1	4	1	2	1	1	3	4	2	3	1	1	2	1
3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2
1	2	2	1	4	1	1	1	2	4	4	2	2	3	2	4	4	1	1	4
1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	4	1	3	1	1	4	4	2	1	5	4	2	4	5	1	2	1	5	5
2	5	4	2	5	5	3	3	5	5	5	4	2	3	5	5	3	5	2	5
4	3	2	5	5	5	2	3	2	3	3	5	2	2	4	5	5	5	2	2
3	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	3	4	1	2	4	1	2	2	2
3	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	3	4	1	2	4	1	2	2	2
3	1	2	1	2	4	1	1	1	1	1	3	4	2	1	2	3	1	1	2
3	4	1	1	3	1	1	4	2	1	2	3	3	4	4	2	4	3	4	2
1	4	4	1	3	4	1	5	1	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3	3
1	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	2	4	1	1	2	1	4	2
1	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	2	4	1	1	2	1	4	2