



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA Y
HABILIDADES SOCIALES EN
ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO
DE PERIODISMO Y
COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL,
LIMA 2023

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

SILVIA NATALIA MUÑOZ VALENZUELA

LIMA - PERÚ

2024

Silvia Natalia Muñoz Valenzuela

ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE PERIODISMO Y COMUNI...

Quick Submit
Quick Submit
Universidad Peruana Cayetano Heredia

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trmcoi::1:3101467520

Fecha de entrega
3 dic 2024, 10:40 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
3 dic 2024, 10:43 p.m. GMT-5

Nombre de archivo
Tesis_211910_version_final.docx

Tamaño de archivo
211.2 KB

103 Páginas

18,818 Palabras

113,611 Caracteres



Nadia Toledo Chogushuanca

14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto manuscrito
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)



Nadia Toledo Chogushuanca

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 6%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitan distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

MIEMBROS DEL JURADO

Mg. Henry Santa Cruz Espinoza

Presidente

Lic. Elena del Rosario Martinez Diaz

Vocal

Mg. Rita Selene Orihuela Anaya

Secretaria

ASESOR DE TESIS

Mg. Nadia Maria Margarita Toledo Choquehuanca

DEDICATORIA

A mi abuela Consuelo, que nunca me dejó
y me acompaña y abraza cada día desde el cielo.

A mis padres, por su amor y paciencia.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres, por ser mis compañeros eternos, por su amor, entrega, apoyo y ejemplo constante; a mis hermanos, sobrinos y Vale, por tanto amor y porque son mi motivación en cada paso que doy; a mis tías Carmen y María por su confianza, amor y apoyo de toda la vida. Y claro, a mi abuela, por ser mi luz, por sus señales y porque su amor trasciende dimensiones, todo es por y para ella.

A mi asesora Nadia Toledo, por su paciencia y acompañamiento en todo el proceso de esta investigación.

A mis amigas, compañeras y colegas, que desde el primer momento me apoyaron y motivaron a culminar este proceso.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1. Identificación del problema.....	4
2. Justificación e Importancia del Problema	6
3. Limitaciones de la Investigación	8
4. Objetivos de la Investigación	8
4.1. Objetivo General	8
4.2. Objetivos Específicos	8
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	10
1. Aspectos conceptuales pertinentes	10
1.1 Adaptación Universitaria.....	10
1.2.1 Teorías sobre Adaptación Universitaria	12
1.2.1.1 Modelo Teórico de Chikering (1980).....	12
1.2.1.2 Modelo Teórico de Baker y Sirik (1999)	14
1.2.1.3 Modelo Teórico de Almeida, Soares y Ferreira (2000)	14
1.2 Habilidades Sociales	16
1.2.1 Teorías sobre Habilidades Sociales	17

1.2.1.1 Modelo Teórico de Argyle y Kendon (1967).....	17
1.2.1.2 Modelo Teórico de Mcfall (1982)	19
1.2.1.3 Modelo Teórico de Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (1989)	19
1.2.1.4 Modelo Teórico de Caballo (1993).....	19
1.2.1.5 Modelo Teórico de Gismero (2000)	21
1.3 Universitarios.....	25
2. Investigaciones en torno al problema investigado	27
2.1 Antecedentes Nacionales.....	27
2.2 Antecedentes Internacionales	29
3. Hipótesis.....	32
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	34
1. Tipo y Diseño de Investigación.....	34
2. Población y Muestra.....	34
2.1. Población.....	34
2.2. Muestra.....	35
2.3. Criterios de selección	36
2.4. Variables: Definiciones Conceptuales y Operacionales de Variables.....	36
2.4.1 Adaptación Universitaria.....	36
2.4.2 Habilidades sociales	37
3. Instrumentos	38
3.1. Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R)	38

3.2.	Escala de Habilidades Sociales EHS.....	41
4.	Procedimiento.....	43
5.	Plan de Análisis de Datos.....	44
6.	Consideraciones Éticas.....	44
	RESULTADOS.....	46
	DISCUSIÓN	54
	CONCLUSIONES	61
	RECOMENDACIONES	63
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	64
	ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de operacionalización de adaptación universitaria.....	37
Tabla 2. Matriz de operacionalización de habilidades sociales.....	38
Tabla 3. Confiabilidad por el método alfa de Cronbach QVA-r	40
Tabla 4. Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.....	46
Tabla 5. Correlación Rho de Spearman entre Adaptación Universitaria y Habilidades sociales.....	47
Tabla 6. Correlación Rho de Spearman entre adaptación universitaria y autoexpresión en situaciones sociales	48
Tabla 7. Correlación Rho de Spearman entre adaptación universitaria y defensa de los propios derechos como consumidor	49
Tabla 8. Correlación Rho de Spearman entre adaptación universitaria y expresión de enfado y disconformidad	50
Tabla 9. Correlación Rho de Spearman entre adaptación universitaria y decir no y cortar interacción	51
Tabla 10. Correlación Rho de Spearman entre adaptación universitaria y hacer peticiones.....	52
Tabla 11. Correlación Rho de Spearman entre adaptación universitaria e iniciar interacciones con el sexo opuesto.....	53

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo general establecer la relación entre adaptación universitaria y habilidades sociales en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023. Los objetivos específicos planteados son determinar la relación entre la adaptación universitaria y las dimensiones de las habilidades sociales. La metodología es de tipo descriptivo, nivel básico y diseño correlacional. La muestra elegida estuvo constituida por universitarios del primer año de estudios, de las carreras de periodismo y comunicación audiovisual, mayores de edad, que acepten voluntariamente participar en esta investigación y los instrumentos de recolección de datos son la versión reducida del Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-r) y la Escala de Habilidades Sociales EHS. Respecto a los resultados de esta investigación, mediante el estadístico de correlación de Spearman, se encontró que existe una correlación positiva y fuerte entre la adaptación universitaria y las habilidades sociales, lo que significa que aquellos estudiantes con mayor adaptación a la universidad, también poseerán mejores habilidades sociales; además, se encontró una correlación positiva y de fuerza moderada a fuerte entre la adaptación universitaria y tres de las dimensiones de habilidades sociales: Autoexpresión en situaciones sociales, Decir no y cortar interacción e Iniciar interacción con el sexo opuesto, con lo que se infiere que a mayor adaptación universitaria, el estudiante también logrará expresarse cómoda y correctamente frente a situaciones sociales, negarse ante peticiones o situaciones que no desea y hacer uso de destrezas para tomar la iniciativa en la interacción con el sexo opuesto respectivamente. Sin embargo, por otro lado, se encontró una correlación débil entre la adaptación

universitaria y las dimensiones Defensa de los propios derechos como consumidor, Expresión de enfado y disconformidad y Hacer peticiones, lo que indica que la adaptación universitaria presenta un bajo grado de asociación con las mencionadas dimensiones de las habilidades sociales.

Palabras clave

Adaptación universitaria, habilidades sociales, primer año, periodismo, comunicación audiovisual, universitarios.

ABSTRACT

The general objective of this research is to establish the relationship between university adaptation and social skills in first-year journalism and audiovisual communication students, Lima 2023. The specific objectives set are to determine the relationship between university adaptation and the dimensions of social skills. The methodology is descriptive, basic level and correlational design. The chosen sample was made up of first-year university students, of journalism and audiovisual communication careers, of legal age, who voluntarily agree to participate in this research and the data collection instruments are the reduced version of the Academic Experiences Questionnaire (QVA-r) and the EHS Social Skills Scale. Regarding the results of this research, through Spearman's correlation statistic, it was found that there is a positive and strong correlation between university adaptation and social skills, which means that those students with greater adaptation to the university will also have better social skills; In addition, a positive correlation of moderate to strong strength was found between university adjustment and three of the social skills dimensions: Self-expression in social situations, Saying no and cutting off interaction, and Initiating interaction with the opposite sex, which infers that the greater the university adjustment, the more likely the student is to express himself or herself comfortably and correctly in social situations, say no to requests or situations that he or she does not want, and use skills to take the initiative in interacting with the opposite sex, respectively. However, on the other hand, a weak correlation was found between university adaptation and the dimensions Defending one's rights as a consumer, Expressing anger and disagreement and Making

requests, which indicates that university adaptation has a low degree of association with the aforementioned dimensions of social skills.

Keywords

University adaptation, social skills, first year, journalism, audiovisual communication, university students.

INTRODUCCIÓN

La vida universitaria exige, naturalmente, un cambio en la vida de los alumnos, desde el ingreso a estas instituciones hasta el término de su carrera, ya que conforme van transcurriendo los años de estudio, las responsabilidades y exigencias a los universitarios también se hacen mayores; por lo que es primordial que se adapten adecuadamente a la vida universitaria, de forma que puedan lograr sus metas tanto profesionales como personales, ya que si un alumno no logra adaptarse a la universidad, es probable que decida abandonar sus estudios o que su rendimiento académico no sea el más óptimo. Según el III Informe Bienal acerca de la realidad universitaria en el Perú, realizado por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria del Perú (2021), durante el año 2020 el porcentaje de deserción universitaria fue de 18.1%; además, Uriol y Mego (2021), refieren que aproximadamente el 27% de los universitarios abandonan su carrera en el primer año de estudios y que las causas de ello no solo son debido al bajo rendimiento académico, sino también a problemas financieros, dudas vocacionales, falta de adaptación a la universidad y problemas emocionales y sociales en los estudiantes.

Dentro de estas causas, se mencionan los problemas sociales en los universitarios, por lo que, teniendo en cuenta lo que refiere Mendoza (2021), quien resalta el factor social en la vida diaria, ya que menciona que las destrezas sociales representan un rol fundamental en la sociedad y facilitan la convivencia, además, permiten que la persona se desenvuelva de manera empática y asertiva, posibilitando un futuro exitoso, tanto en el ámbito académico como laboral.

Por todo ello, se hace relevante prestar atención a estos temas para desarrollar programas de intervención y promover que los universitarios logren

afrontar la vida universitaria de la mejor manera; por ello, esta investigación se propuso estudiar y conocer la manera en la que adaptación universitaria está vinculada a las habilidades sociales.

El primer capítulo permite conocer la importancia del problema a investigar, la identificación, tanto del problema como de las limitaciones que se presentaron a lo largo de la realización de este estudio; de igual forma, se presentan el objetivo general y los objetivos específicos, los cuales se derivan de la adaptación universitaria y las dimensiones de las habilidades sociales.

En el siguiente capítulo, se expone el marco teórico, de acuerdo a una revisión completa sobre la adaptación universitaria, las habilidades sociales y la etapa vital en la que se encuentra la población estudiantil abordada; de igual manera, se muestra la literatura científica encontrada, tanto internacional, como nacional; finalmente, se formulan las hipótesis de esta investigación.

El tercer capítulo está referido al ámbito metodológico de la investigación, en el cual se presentan datos como las características de la muestra, el nivel, diseño y tipo de esta investigación, se explica también el procedimiento de realización de este estudio; además de señalar los instrumentos de medición empleados para recolectar los datos, como son el Cuestionario de Vivencias Académicas QVA-r (Almeida, Ferreira, y Soares) y la Escala de Habilidades Sociales EHS; además del plan de análisis de datos y las consideraciones éticas de esta investigación.

Posteriormente, se expone el análisis estadístico de las variables analizadas, los resultados de acuerdo a las pruebas de recolección de datos, para lo cual se

exhiben tablas que describen de manera más concreta y comprensible la correlación entre las variables.

Finalmente, se muestra la discusión de este trabajo de investigación, en la cual se analizan los resultados obtenidos de acuerdo con las investigaciones presentadas, tanto nacionales como internacionales, las cuales también estudiaron las variables formuladas, de manera que se contrastan las hipótesis presentadas. Además, se plantean las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. Identificación del problema

El ingreso y adaptación a una universidad constituye una importante y retadora etapa en la vida de los jóvenes, a nivel mundial, el porcentaje de universitarios ha aumentado de manera sostenida hasta llegar a 250 millones en el año 2021, no obstante, no todos esos estudiantes logran terminar sus estudios y la deserción universitaria es un problema que afecta a todas las instituciones a nivel mundial; por ejemplo, en países como Estados Unidos, se encuentra un porcentaje de deserción de casi 40%, en países europeos como Italia un 33% o Noruega un 17%; y respecto a América Latina, existe un 50% de deserción universitaria (Escalante, et al., 2023). En el caso del Perú, también se observa como un problema resaltante, ya que se estima un porcentaje de 15% de deserción universitaria (Ordoñez, 2023).

Es así que adaptarse a una universidad, durante los primeros ciclos de estudio, constituye una importante etapa de cambio para los jóvenes universitarios, ya que enfrentan diversas demandas que requieren de una respuesta eficaz para continuar avanzando la carrera profesional (Dominguez y Prada, 2020); sin embargo, puede ocurrir que esta transición se complique por diversos factores y el estudiante presente problemas en el factor individual, académico y/o institucional (Cortés, et al., 2019); ya que durante los primeros ciclos de educación universitaria, enfrentan etapas críticas, las cuales influyen en la trayectoria universitaria, lo que puede definir su corta o larga estancia en la universidad (Peña y Peña, 2022).

La deserción universitaria se ha vuelto un factor limitante en la meta de formar profesionales exitosos que sumen al desarrollo de sus países, por lo que

resulta importante analizar las razones por las que los jóvenes pueden decidir abandonar sus estudios, teniendo en cuenta que pueden ser varios los factores involucrados en esta decisión (Dávila, et al., 2022). La alarma de la deserción debe permitir a las instituciones universitarias identificar conductas que puedan acelerar el riesgo de abandono y con ello, tomar medidas para resolver el problema antes de que ocurra. (Escalante, et al., 2023)

Es importante mencionar que dichos jóvenes universitarios usualmente se encuentran transitando la etapa vital denominada “adultez emergente”, la cual de acuerdo a Papalia, et al. (2010), es un periodo en el que las relaciones sociales son elementales para la sensación de bienestar y, debido a que se hacen elecciones laborales y educativas, se ven expuestos a nuevos ambientes y relaciones, lo que les da la oportunidad de afinar sus habilidades sociales, cuestionar sus propias creencias y probar nuevas formas de ver el mundo. De acuerdo con Arnett (2008, citado por García, et al. 2022) y Papalia, et al. (2010), es una etapa de posibilidades, expectativas, pero también inestabilidad, debido a que viven nuevas experiencias (trabajo y/o universidad) y toman sus propias decisiones respecto a posibles ocupaciones, profesiones y grupos relacionales.

Por lo que, tal como afirma Alcoba et al., 2019, la facilidad con la que los estudiantes se integren a la vida universitaria dependerá de diversos factores, como sus características socioeconómicas, estrategias de aprendizaje, problemas emocionales y/o físicos y habilidades sociales.

Por ello, considerando que existe un perfil deseado de acuerdo a cada carrera profesional, se hace relevante que, para las carreras profesionales vinculadas a las

ciencias de la comunicación, tales como el periodismo y la comunicación audiovisual (carreras consideradas en esta investigación), existen características prioritarias tales como la comunicación, expresión, fluidez verbal y la facilidad para trabajar en equipo (Criollo, 2019; Leo, 2022), las cuales se encuentran comprendidas dentro del concepto de habilidades sociales (Junta de Galicia, 2021).

Finalmente, la adecuada adaptación a la vida universitaria donde el estudiante denote capacidad para enfrentar las demandas y lograr su autonomía, tanto en el ámbito emocional, social, institucional y académico (Dominguez y Prada, 2020), podría estar relacionado con el desarrollo de sus habilidades sociales, entendiendo esto como las destrezas que posibilitan que una persona logre interactuar con su entorno de una manera socialmente aceptada Gismero (2010, citada en Torres, 2022), es decir, quienes se adaptan a la vida universitaria tienden a poseer habilidades sociales más desarrolladas y viceversa, lo cual resulta relevante en el contexto de estudiantes de periodismo y comunicación audiovisual, ya que puede ser crucial para su éxito académico y profesional. Por ello, en esta investigación se busca identificar ¿Cuál es la relación entre la adaptación universitaria y las habilidades sociales en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023?

2. Justificación e Importancia del Problema

Este trabajo se planteó conocer la relación entre la adaptación universitaria y las habilidades sociales en estudiantes pertenecientes a las carreras de periodismo y comunicación audiovisual, identificando la adaptación universitaria como un proceso de transición hacia la educación superior, la cual presenta demandas en diferentes niveles, y las habilidades sociales que, de acuerdo a Vega (2020) y

Hernández, et al. (2020), juegan un papel especialmente relevante para el desarrollo profesional, sobre todo tomando en cuenta las exigencias propias del perfil profesional de las carreras de Periodismo y Comunicación Audiovisual.

Por ello, esta investigación se propuso conocer si existe relación entre la adaptación universitaria y habilidades sociales en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023. A nivel teórico, este trabajo posibilita identificar la relación entre la adaptación universitaria y las habilidades sociales de los universitarios. Además, la investigación brinda a la comunidad científica resultados que sirven como aporte de aspectos teóricos respecto a ambas variables planteadas y su relación, todo lo cual sirve como antecedente para próximos estudios que se lleven a cabo referentes al tema.

Por otro lado, a nivel práctico y social, mediante los resultados, este trabajo beneficia en la práctica a profesionales del sector educativo, ya que, al conocer la relación entre ambas variables estudiadas, se pueden dirigir esfuerzos hacia la promoción de la adaptación universitaria y las habilidades sociales, sobre todo en relación al perfil profesional adecuado para las carreras objeto de estudio. Además, dichos universitarios se pueden beneficiar de los resultados, ya que con esta información es posible desarrollar talleres y psicoeducación acerca del tema, con la finalidad de fomentar el bienestar estudiantil.

Finalmente, en lo concerniente a la justificación metodológica, se decidió realizar la prueba de confiabilidad del instrumento QVA-r, que evalúa la adaptación universitaria, en la muestra determinada para esta investigación.

3. Limitaciones de la Investigación

- Se tiene una muestra predeterminada, por lo que los resultados no pueden ser generalizados.

4. Objetivos de la Investigación

4.1. Objetivo General

- Determinar la relación entre adaptación universitaria y habilidades sociales en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.

4.2. Objetivos Específicos

- Establecer la relación entre adaptación universitaria y autoexpresión en situaciones sociales, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Establecer la relación entre adaptación universitaria y defensa de los propios derechos como consumidor, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Establecer la relación entre adaptación universitaria y expresión de enfado y disconformidad, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Establecer la relación entre adaptación universitaria y decir no y cortar interacción, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.

- Establecer la relación entre adaptación universitaria y hacer peticiones, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Establecer la relación entre adaptación universitaria e iniciar interacciones con el sexo opuesto, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

1. Aspectos conceptuales pertinentes

1.1 Adaptación Universitaria

El término adaptación se comprende como aquella acción y efecto de acomodarse, amoldarse o ajustarse a algo o a diversas circunstancias o condiciones, con conveniencia, capacidad o aptitud para ello (Real Academia Española, 2023).

La Fundación General de la Universidad de Valladolid (2021), explica que la adaptación es aquel proceso en el que una persona ajusta su conducta a las expectativas del medio social con el que interactúa; este proceso produce en muchos individuos una reacción natural de resistencia o dificultad, debido al apego de lo que deben soltar para cambiar y lograr adaptarse a lo nuevo.

Sin duda, desafiar la universidad inicialmente plantea una deconstrucción y posterior construcción de varias perspectivas respecto a retos, expectativas, relaciones interpersonales e involucramiento en ambientes institucionales, todo aquello desde las características cognitivas, culturales, de comunicación, económicas y personales de cada estudiante (Restrepo, et al. 2020).

Frente a este proceso, el alumno requiere de ciertos recursos personales para transitar de manera exitosa dicha transición, como por ejemplo la autorregulación, autoconciencia y las habilidades sociales, ya que la transición a la vida universitaria va más allá de lo cognitivo e intervienen aspectos afectivos, sociales y culturales, lo cual significa que los alumnos tendrán que relacionarse con nuevas personas, nuevas creencias y costumbres, además de una filosofía institucional que conllevará a ciertas expectativas (Morales y Chávez, 2019).

Para Dominguez y Prada (2020), la adaptación universitaria es la capacidad del alumno para enfrentar las demandas y lograr su autonomía, tanto en el ámbito emocional, social, institucional y académico; por lo que la adaptación académica se relaciona con la conducta orientada directamente con la vida académica, por ejemplo el cumplimiento de trabajos, la planificación y organización de tiempo, etc.; por otro lado, la adaptación en el aspecto emocional se refiere al manejo correcto de los eventos estresantes y demandas; la adaptación social tiene relación con la relación que el alumno genera con su entorno, como docentes y compañeros; finalmente, la adaptación institucional se refiere a todo lo vinculado a gestiones administrativas.

Soares, et al. (2005), refieren que el ajuste a la vida universitaria depende de las características personales de los jóvenes al momento de ingresar a la universidad (de desarrollo, académicas y sociodemográficas), además de las características relacionadas a la institución en la que estudiarán (recursos, servicios, asignaturas, infraestructura) y finalmente, de la relación que se da entre ambas dimensiones.

López (2020), describe que las consecuencias más comunes de una mala adaptación universitaria son la deserción universitaria o la prolongación de los estudios, debido a ciclos académicos que se posponen o que no logran ser aprobados.

Finalmente, en la presente investigación se utilizará el concepto planteado por Almeida, et al. (2000, citados por Silva, 2021), definen la adaptación universitaria como aquel fenómeno complejo de transición en el cual se da la interacción de aspectos personales y contextuales del estudiante, tales como el ámbito personal,

social, carrera vocacional, habilidades de estudio y el ajuste institucional, para que así el universitario logre adecuarse a las diversas exigencias que se le presentan.

1.1.1 Teorías sobre Adaptación Universitaria

1.1.1.1 Modelo Teórico de Chickering (1980)

Martínez (2019) y Silvestre y Torres (2019), citan el modelo planteado por Chickering, en 1980, el cual consta de siete ejes de desarrollo del alumno hacia su individualización, que se comprende como el descubrimiento y posterior construcción de su propia imagen, teniendo en cuenta la influencia de la interacción social. Los ejes en mención son:

a. Desarrollo de competencia

Se expresa en el aprendizaje que tendrá el estudiante en el área intelectual, física, interpersonal y manual.

b. Manejo de emociones

La habilidad que poseen los estudiantes para reconocer y dirigir sus emociones, las cuales pueden influir en el ámbito educativo, por ejemplo, la ira, miedo, culpa, ansiedad, vergüenza, tristeza, etc. El desarrollo en este eje se da cuando la persona consigue controlar sus impulsos y aprende recursos de afrontamiento; además de desarrollar más emociones de carácter positivo.

c. Tránsito hacia la autonomía e interdependencia

La persona debe lograr la autosuficiencia, para poder ser el responsable de conseguir sus metas y procurar que las ideas o críticas de los demás le impacten menos.

d. Desarrollar relaciones interpersonales maduras

Tiene relación con la tolerancia, la valoración de las diferencias y la posibilidad de intimar. El estudiante debe ser tolerante, tratar a los demás por quienes son y no por estereotipos o prejuicios; además, deben poder escoger relaciones saludables y comprometerse, pero sin caer en la dependencia emocional.

e. Establecimiento de la identidad

Este eje depende, de cierto modo, de los siguientes ejes: madurez emocional, desarrollo de competencias, autonomía y relaciones maduras. Este eje se orienta a lograr estar conforme con la propia apariencia física y con la orientación sexual y género, además de poseer un sentido de sí mismo en los aspectos cultural, histórico y social. También se incluye el concepto de uno mismo en lo que se relaciona a roles y estilos de vida, la autoestima, estabilidad e integración con los demás.

f. Desarrollo de un propósito

Este desarrollo se orienta a la evaluación de intereses y opciones del estudiante, quien irá clarificando sus metas, haciendo planes constantes para conseguirlas.

g. Desarrollo de integridad

Relacionado con la identidad, tiene que ver con empezar a considerar las reglas de manera relativa y ya no con la aceptación completa de ellas, revisando las razones por las que existen las normas; de manera que éstas son analizadas y aquellas que guardan relación con la identidad, se conservan. Finalmente, la identidad y los valores se manifiestan mediante conductas responsables.

1.1.1.2 Modelo Teórico de Baker y Sirik (1999)

Apaza (2021), menciona que la adaptación a la universidad puede ser entendida mediante cuatro dimensiones, de acuerdo a Baker y Sirik.

a. Adaptación Académica

Se refiere al rendimiento académico, la evitación de la deserción y el posterior egreso del alumno. El bajo rendimiento académico es una señal de las complicaciones del estudiante para adaptarse a su universidad; por otro lado, una positiva adaptación académica se evidencia en un alto rendimiento académico, el compromiso con los cursos y su esfuerzo académico.

b. Adaptación social

Esta dimensión tiene relación con la integración social del alumno, la cual se calcula por el grado en el que el estudiante se ha integrado a la estructura social de su universidad, participando en actividades de ésta y haciendo nuevas amistades, lo contrario a presentar dificultades y aislarse.

c. Adaptación psicológica, personal - emocional

La adaptación a la universidad puede generar problemas emocionales, causando ansiedad, angustia, estrés o depresión. Esta sintomatología psicológica puede alterar la persistencia del alumno en su universidad.

d. Adaptación institucional

Referido al nivel de identificación y vinculación emocional que el individuo llega a generar con su comunidad universitaria.

1.1.1.3 Modelo Teórico de Almeida, Soares y Ferreira (2000)

Almeida, et al. (2000, citados por Ynquillay, 2020 y Silva, 2021) explican que para lograr una adaptación a la vida universitaria, los estudiantes deben

adecuarse a tareas cada vez más complejas, las cuales pueden ser de tipo académico, vocacional, social o personal, de modo que, cuanto mejor se acomoden a estas tareas, por ejemplo las estrategias que empleen para estudiar, la satisfacción en relación a sus pares, si están a gusto con su centro de estudios, etc., mayor será su adaptación universitaria.

Por lo tanto, Almeida, et al. (2000, citados por Silva, 2021 y Chau y Saravia, 2014), definen este concepto como un complejo fenómeno en el que interaccionan aspectos personales y contextuales para lograr adecuarse a las exigencias universitarias, mediante la dinámica de cinco dimensiones, las cuales se incluyen en el Cuestionario de Vivencias Académicas QVA y QVA-r (el cual se usa como instrumento de recolección de datos en esta investigación, bajo el objetivo planteado por los autores para evaluar la adaptación a la vida universitaria): la dimensión Personal, Interpersonal, Carrera, Estudio e Institucional, las tres primeras corresponden al tipo personal y las dos últimas al tipo contextual:

a. Personal

Esta dimensión mide la percepción que tiene el alumno respecto a su propio bienestar, tanto físico como psicológico.

b. Interpersonal

Se refiere al vínculo que el estudiante tiene con sus pares y amistades significativas. Así como también la relación e involucramiento de actividades extracurriculares dentro de su universidad.

c. Carrera

Dentro de esta dimensión se evalúa la adaptación al pregrado, la perspectiva de la profesión elegida y el proyecto vocacional que tiene cada estudiante.

d. Estudio

En esta dimensión se encuentra la aptitud y competencia hacia el estudio, sus hábitos, las estrategias, la organización de tiempo y el uso de la biblioteca y demás servicios universitarios.

e. Institucional

Mide los intereses del alumno hacia su institución universitaria, el deseo que tiene de seguir estudiando en ésta y su percepción de la calidad de los servicios y estructura universitaria.

1.2 Habilidades Sociales

Este tipo de habilidades son definidas como las destrezas que un individuo utiliza para resolver problemas, comunicarse efectivamente y manifestar sus propios sentimientos, acciones e ideas de manera acertada, con el fin de garantizarse relaciones interpersonales duraderas y estables. (Organización Mundial de la Salud, 2022)

Además, Bances (2019) refiere que estas habilidades constituyen un grupo de capacidades de importancia para enfrentar las exigencias de la vida de manera competente, contribuyendo al desarrollo de la persona, estas habilidades abarcan cinco componentes: autoestima, asertividad, empatía, manejo de emociones y toma de decisiones.

El Ministerio de Salud - MINSA (2005, citado en Inga, 2021) señala también que las habilidades sociales son vitales para una transición saludable a la vida adulta, ya que permite que el individuo obtenga resultados favorables en la interacción y opte por estilos de vida más saludables, lo cual permite el óptimo desarrollo biopsicosocial de las personas.

Además, Goldstein, et al.(1989, citados en Marcelo, 2021) refiere que son destrezas mediante las que el individuo es capaz de comprender y reaccionar ante las situaciones que enfrente en su contexto social, ya que todas las personas, al interactuar con los demás, pueden experimentar situaciones desagradables o agradables, en las cuales será importante demostrar las habilidades sociales para obtener resultados positivos en la interacción.

Finalmente, Gismero (2000, citada en De la Cruz y Vallejos, 2021), cuyo concepto se utiliza para esta investigación, define las habilidades sociales como aquel conjunto de respuestas tanto verbales y no verbales en determinadas situaciones, mediante las cuales la persona expresa, dentro de un contexto interpersonal, sus emociones, necesidades, opiniones, preferencias y/o derechos de modo asertivo, respetuoso y sin dificultad.

1.2.1 Teorías sobre Habilidades Sociales

1.2.1.1 Modelo Teórico de Argyle y Kendon (1967)

Como menciona Torres (2022), estos autores proponen un modelo psicosocial en el que se agrupan las conductas motoras y los procesos tanto perceptivos como cognitivos, lo cual explica que la interacción humana opera como un circuito cerrado en el que se implican el proceso de percepción, análisis y retroalimentación. Esta interacción implica la siguiente sucesión de procesos:

- Fines de la actuación hábil: intentar lograr metas determinadas.
- Percepción selectiva de señales sociales: una persona observa las señales sociales procedentes del entorno.
- Procesos centrales de traducción: el individuo asigna una significación específica a la información recibida de los otros.

- Planificación: el individuo realiza una búsqueda y valoración de las opciones de respuesta eficiente, analizando sus ventajas y desventajas, frente a una situación específica.
- Respuestas motrices o de actuación: la persona ejecuta las opciones consideradas más adecuadas.
- Feedback y acción correctiva: la o las acciones ejecutadas por la persona son percibidas también como una señal social por la otra persona, por el interlocutor, de manera que también realizará los procesos mencionados anteriormente y se cerrará así el circuito de interacción. Cualquier falla en el circuito originará una conducta incompetente.
- Timing de las respuestas: los interlocutores necesitan sincronizar las respuestas mientras se da la interacción, para ello, cada uno tendrá que anticipar la oportunidad en la que puede emitir la respuesta determinada y el modo de ésta.

Además, existen factores que pueden provocar fallos en el proceso de interacción social:

- Desajuste en los objetivos del individuo: debido a que pueden ser inapropiados, incompatibles o no alcanzables.
- Errores de percepción: por los estereotipos en la percepción o errores de atribución.
- Errores en la traducción de señales sociales: tomar decisiones inadecuadas, demorar para tomarlas o no tomarlas.
- Errores de planificación: como no examinar las distintas opciones de respuesta.
- Errores de actuación: debido a que la persona no tiene experiencia o no sabe cómo reaccionar.

1.2.1.2 Modelo Teórico de Mcfall (1982)

Siguiendo a Mendieta y Prado (2022), Mcfall se refiere a las habilidades sociales como destrezas innatas o adquiridas que hacen posible que la persona ejecute eficazmente una tarea social en particular; este autor se centra en las siguientes tres habilidades desarrolladas en etapas sucesivas:

- Habilidades de decodificación: encargadas de recibir los estímulos exteriores e información e interpretarla, implica la recepción de la información mediante los sentidos, la percepción de rasgos resaltantes de la información y la interpretación de éstos, todo ello en un esquema de conocimiento pre existente, basado en la historia del individuo, motivación, ideas, etc.
- Habilidades de toma de decisiones: consiste en elaborar una serie de posibles respuestas ante el estímulo percibido, para tomar una decisión y elegir una respuesta efectiva, teniendo en cuenta las normas que asocian acciones determinadas con situaciones, lo cual se encuentra almacenado en la memoria a largo plazo.
- Habilidades de codificación: se da la ejecución de la respuesta, haciendo uso de la autoobservación y retroalimentación, donde el impacto de las acciones realizadas se compara con el impacto previamente esperado y se realizan ajustes futuros.

1.2.1.3 Modelo Teórico de Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein (1989)

De acuerdo con estos autores, las habilidades sociales son un conjunto de destrezas orientadas al contexto interpersonal y las dificultades que se producen en el mismo; para ello plantean seis dimensiones de las habilidades (Goldstein, et al. 1989; Marcelo, 2021; Mendieta y Prado, 2022):

- Habilidades sociales básicas o primarias: se encuentran todas las habilidades que la persona adquiere desde la infancia, son las habilidades responsables de la interacción con el entorno, las que permiten iniciar y mantener diálogos, se encuentran escuchar a los demás, respetar turnos, realizar preguntas, saludar, conversar, dar y agradecer cumplidos, etc.
- Habilidades sociales avanzadas: aptitudes y actitudes asertivas que permite que la persona se adapte a diversos contextos sociales, logrando resolver problemas, dentro de éstas se encuentra solicitar ayuda, dar o seguir instrucciones e indicaciones, convencer, discutir o defenderse con asertividad, establecer acuerdos, tomar decisiones, etc.
- Habilidades sociales relacionadas con sentimientos: destrezas que permiten entender y manifestar adecuadamente emociones y sentimientos, de modo que es posible reconocer, dirigir y expresar correctamente las emociones y afectos, sin afectar a nadie, usando la empatía y asertividad, también se incluye la habilidad de comprender los sentimientos de otros y actuar conforme a ello de la mejor manera posible.
- Habilidades sociales alternativas a la agresión: destrezas para reaccionar ante cualquier dificultad, a partir del control de emociones, es necesario el autocontrol y la conciencia de las consecuencias de las propias actitudes; se incluye la capacidad para tener una conducta consciente en situaciones de conflicto, sin olvidar los derechos propios y ajenos, pedir permiso y compartir, además de poder enfrentar críticas y defender opiniones y derechos.
- Habilidades sociales de manejo de estrés: habilidades puestas en práctica ante situaciones de alta tensión o crisis, para manejar y reducir el nivel de estrés

debido a la presión percibida del exterior; incluye la resolución en situaciones vergonzosas o de fracaso.

- **Habilidades de planificación:** habilidades orientadas a plantearse objetivos y metas, haciendo posible la organización y planificación de acuerdo a la prioridad de cada objetivo trazado, se incluye la toma de decisiones, la anticipación ante dificultades futuras, plantearse metas específicas y resolución de problemas, considerando consecuencias.

1.2.1.4 Modelo Teórico de Caballo (1993)

Alomoto y Ordóñez (2021) explican que estas habilidades son aquellas acciones expresadas por un sujeto, dentro de un entorno interpersonal, en el que manifiesta ideas, emociones, deseos y/o derechos de manera correcta, respetando las ideas de los demás, logrando resolver conflictos mientras disminuye la posibilidad de ocurrencia de problemas. Este autor propone los siguientes seis componentes de las habilidades sociales:

- **Componente conductual:** agrupa la conducta no verbal o de lenguaje corporal que un individuo expresa para interactuar, sin necesidad de emitir palabras, de igual manera, el poder comprender el significado de la conducta no verbal de los demás. Se incluye la expresión facial, sonrisas, miradas, postura, gestos, apariencia, distancias, etc.
- **Componente paralingüístico:** referido a las señales vocales que también son usadas para interactuar, ya que pueden influir en el significado de lo que se dice y cómo se interpreta el mensaje; se incluye la entonación, el timbre y volumen de voz, la velocidad al hablar, la fluidez, los silencios entre diálogos, etc.
- **Componente verbal:** es la base de la expresión oral y se incluye la conversación

y los elementos del habla, los cuales pueden darle calidez a la comunicación, esto dependerá de la o las personas con las que se interactúa, ya que el estilo (formal o coloquial) y el tema de conversación variará de acuerdo con el tipo de relación que se tenga con los demás.

- Componente ambiental: la adquisición de destrezas se ve influenciada por el ambiente en el que se da la interacción social, ya que el contexto puede potenciar o inhibir la adquisición o desarrollo de las habilidades, se incluyen las variables físicas, sociodemográficas, interpersonales, organizativas y conductuales. Además, también están consideradas las habilidades para reconocer e internalizar la situación, de forma que la persona puede decidir cómo reaccionar de acuerdo a las personas que lo rodean, teniendo en cuenta el nivel de confianza y las características en común
- Componente cognitivo: capacidad para analizar los propios pensamientos y ponerlos en acción, expresándolos de la manera y en el momento correcto, teniendo en cuenta las consecuencias. Integrado por las competencias cognitivas, las expectativas, los valores y planes de autorregulación.
- Componente fisiológico: si bien es un componente que no destaca tanto como los anteriores, es importante mencionar que la fisiología y la conducta se afectan bidireccionalmente, por ejemplo, el enfrentar un desafío social puede desencadenar una serie de respuestas fisiológicas, lo cual también puede influir en la capacidad de respuesta social; se incluye la presión sanguínea, respiración, frecuencia cardíaca, etc.

1.2.1.5 Modelo Teórico de Gismero (2000)

Gismero (2010, citada en Flores, 2019), inicia la conceptualización de las habilidades sociales, señalando que el sinónimo más conveniente para estas habilidades es el de conducta asertiva, la cual define como aquellas conductas aceptadas socialmente, de acuerdo a una situación específica. En su modelo, esta autora propone dimensiones de las habilidades sociales relacionadas a las categorías postuladas por Lazarus, quien clasificó la conducta asertiva en las siguientes habilidades: capacidad para negarse, capacidad para expresar sentimientos, capacidad para iniciar, mantener y finalizar conversaciones.

Gismero (2010, citada en Torres, 2022), define las habilidades sociales como aquellas destrezas, verbales y no verbales, que posibilitan que una persona logre interactuar con su entorno de una manera socialmente aceptada; estas destrezas, que son aprendidas, pueden ir desde los gestos, hasta hacer peticiones, manifestar emociones, tener iniciativa, etc.

Grasso (2022) explica que Gismero considera que los procesos cognitivos, los componentes no verbal y paralingüístico influyen directamente en las habilidades sociales, ya que matizan el contenido de la respuesta a emplear en medio de una interacción. Además, contempla tanto el contenido de la respuesta como a las consecuencias de éstas, ya que ambas son igual de importantes y concluye que una actuación adecuada aumenta la posibilidad de obtener un reforzamiento externo y reducir problemas futuros.

Basada en todo lo mencionado, Gismero (2022), al realizar su investigación y realizar su escala de medición, considera las siguientes dimensiones de las habilidades sociales:

- Autoexpresión: referido a la habilidad para expresarse espontáneamente en contextos sociales, la facilidad para interactuar, cuestionar, manifestar adecuadamente si comparte o no los pensamientos de los demás, expresar ideas y emociones, etc.
- Defensa de los propios derechos: proteger sus derechos ante desconocidos, mediante conductas asertivas, para ello es necesario conocer los propios derechos, comprender cuándo pueden ser infringidos y ser capaz de expresarlo.
- Expresión de disconformidad o enfado: la habilidad, de manera asertiva, para manifestar la propia incomodidad o disgusto ante la opinión o actitud de las demás personas, la dificultad dentro de esta habilidad sería callar lo que a una persona le molesta para así evitar problemas o desacuerdos con su entorno.
- Decir no y cortar la interacción: competencia para poner límites y/o interrumpir aquellas interacciones que no desean mantenerse, negarse, de manera adecuada, ante un pedido de otra persona, sin sentirse culpable o comprometido.
- Hacer peticiones de algo que se desea o necesita: habilidad para pedir favores, ayuda o algún cambio en la conducta de otras personas, sin incomodar ni infringir los límites de los demás.
- Iniciar interacciones positivas: poder comunicarse o iniciar la interacción con una persona que le resulte atractivo o poder realizar un cumplido espontáneamente, sin generar dificultades ni ansiedad.

1.3 Universitarios

De acuerdo con la Real Academia Española (2023), un estudiante universitario se define como aquella persona que cursa enseñanzas de formación continua en alguno de los ciclos universitarios y poseen derechos y deberes regulados por la ley. Vásquez y Vásquez (2022) refieren que el estudiante universitario busca cuatro tipos de empoderamiento: el académico, psicológico, estructural y la autoeficacia, con el fin de lograr ser profesionales; además, deben poseer diversas competencias, como las de investigación, académicas, de autoeficacia, de compromiso, de construcción de estrategias, de evaluación, de habilidades blandas y de uso de la tecnología.

Usualmente, los estudiantes universitarios se encuentran dentro de la etapa de adultez emergente, la cual, de acuerdo con Arnett (2008, citado en León, et al., 2019) inicia entre los 18 y 25 años y se trata básicamente de la transición entre la adolescencia y la adultez. Este autor planteó que esta etapa apareció en las sociedades industrializadas debido a los cambios sociodemográficos de las últimas décadas, como la incidencia de jóvenes accediendo a la educación superior y la postergación de decisiones como la paternidad o el matrimonio.

Esta etapa de transición se caracteriza por: la exploración de la identidad, experimentación de posibilidades, el centrarse en sí mismos, sentirse en medio y la inestabilidad. De modo que, la primera se refiere a que las personas exploran posibilidades para gradualmente lograr decisiones duraderas, como decidir qué estudiar y a que dedicarse; a medida que se exploran estas opciones, desarrollan su propia identidad que, si bien se inicia en la adolescencia, se intensifica durante esta

etapa. Siguiendo esa idea, durante esta etapa las personas gozan de la posibilidad de experimentar e ir cambiando de decisiones, por lo que pueden transformarse continuamente y lograr convertirse en los ciudadanos que desean ser (Arnett, 2004, como se cita en Sandoval et al., 2020).

Continuando con las características mencionadas, Arnett (2004, citado en Morales, 2021) refiere que las personas empiezan a centrarse en sí mismos más que en cualquier otra etapa, ya que pueden decidir sin depender de nadie ni tener excesivos compromisos u obligaciones; además, se sienten “en medio”, ya que no se perciben completamente ni como adolescentes ni como adultos, si bien son más independientes, la mayoría aún está vinculado a sus padres o tutores de alguna manera; como última característica, la inestabilidad, debido a la diversidad de decisiones y posibilidades que se les presentan, como la inestabilidad laboral o los cambios de residencia o situación sentimental.

Por otro lado, de acuerdo Papalia (2010, citado por García, et al. 2022), en esta etapa se desarrolla el pensamiento postformal, que se caracteriza por ser flexible, abierto e individualista, utiliza lo aprendido de la experiencia para afrontar las nuevas situaciones; es relativista, concilia ideas contradictorias, comprendiendo que cada una puede tener una parte de verdad desde cada punto de vista. Además, las elecciones vocacionales y laborales que se hacen en esta etapa, significan oportunidades de crecimiento cognitivo, por ejemplo, el ingreso y permanencia en la universidad es una etapa de crecimiento personal e intelectual, tanto en habilidades verbales, pensamiento crítico y razonamiento moral; ya que la universidad implica la presentación de nuevas ideas y el cuestionamiento de opiniones y creencias.

Finalmente, en este período de vida, las relaciones sociales son relevantes para lograr el bienestar y buena salud, ya que, a mayor integración social, existe menor probabilidad de sufrir ataques cardíacos, ansiedad o depresión; y quienes cuentan con una red de apoyo social, presentan más probabilidad de comer y descansar mejor, hacer ejercicio y evitar el consumo de drogas (Papalia, et al., 2010).

2. Investigaciones en torno al problema investigado

2.1 Antecedentes Nacionales

El estudio “Las habilidades sociales en la vida universitaria”, realizado por Quispe, et al. (2023) en Lima, Perú, presentó como objetivo identificar la importancia de las habilidades sociales en la vida universitaria, para lo cual realizaron una revisión sistemática de fuentes entre el 2020 y 2021, de donde se analizaron finalmente 16 artículos académicos para esta investigación, los 16 de enfoque cuantitativo. Mediante la revisión, se concluyó que las habilidades sociales son fundamentales en el entorno universitario, ya que posibilitan el desarrollo integral del estudiante, permitiéndoles resolver diversas situaciones de manera más efectiva y prepararse para los retos laborales y personales futuros.

El trabajo de investigación “Adaptación a la vida universitaria y Dimensiones de apego adulto en estudiantes de una universidad privada de Lima”, realizada por Schrader (2021), tuvo como fin conocer la correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de apego adulto, en un grupo de 218 universitarios, entre 18 y 25 años; en un trabajo no experimental y tipo correlacional; se utilizó la versión reducida del Cuestionario de Vivencias Académicas para medir la adaptación a la universidad y el Cuestionario de Relación

RQ para evaluar las dimensiones del apego adulto. Como resultado, en lo referente a las dimensiones de adaptación, se observó mayores puntajes en la de Carrera, seguida de Estudio, Interpersonal, Personal y finalmente Institucional; por otro lado, al asociar las dimensiones de apego adulto, se identificó que hay una relación moderada y positiva entre apego seguro y las dimensiones personal e interpersonal de adaptación universitaria, por otro lado, el apego temeroso se vincula inversamente con las dimensiones interpersonal y personal; y el apego evitativo no mostró ninguna correlación con alguna dimensión de la adaptación universitaria.

Cahuaza y Melgarejo (2021) en su trabajo “Habilidades sociales y motivación educativa en estudiantes de una universidad privada de Lima” tuvieron como fin conocer la relación entre habilidades sociales y motivación educativa en 56 alumnos del último año de la facultad de educación. Ésta fue una investigación cuantitativa, correlacional y no experimental, y se hizo uso de la Lista de chequeo de Goldstein y de la Escala de motivación educativa (EME) para recolectar datos. Los resultados demostraron una relación positiva y débil entre ambas variables estudiadas y respecto a las habilidades sociales, en esta muestra se determinó que el 57% presenta un buen nivel, el 36% nivel normal y el 7% uno bajo; sobre sus dimensiones, más del 57% de la muestra presentó nivel alto en las primeras habilidades sociales, las habilidades avanzadas y las relacionadas a emociones, por otro lado, para las habilidades alternativas a la agresión y las habilidades para enfrentar el estrés, aproximadamente el 47% obtuvo un nivel bueno, finalmente, en las de planificación, solo el 23% tuvo un nivel bueno y el 68%, nivel normal.

La investigación “Adaptación universitaria y repitencia académica, Facultad de Ciencias Administrativas y Contables”, realizada por Cárdenas (2021), se

planteó como fin identificar la relación entre la adaptación universitaria y la repitencia académica. Fue no experimental, descriptiva y correlacional, y se utilizó el Cuestionario de vivencias académicas (QVA-r) y el Cuestionario de repitencia académica, para un grupo de 195 alumnos, pertenecientes a dos carreras profesionales, del 5to al 10mo ciclo. En los resultados se observó relación significativa y negativa entre las dos variables, además, el 70% mostró un nivel medio de adaptación universitaria y el 26% un nivel bajo, respecto a sus dimensiones, predomina un nivel medio en todas.

2.2 Antecedentes Internacionales

López-Ortega, et al. (2023) en España, realizaron la investigación “Intervención Experiencial en Habilidades Sociales para promover la Adaptación a la Universidad” y tuvieron como objetivo estudiar la intervención basada en una práctica experiencial en habilidades sociales para mejorar el nivel de éstas y la adaptación universitaria; para ello, contaron con 43 estudiantes, de edad promedio 23 años, quienes fueron parte de un programa de seis sesiones, orientado a la formación en habilidades sociales. Se evaluó la efectividad del programa con mediciones previas y post intervención, empleando como instrumentos de recolección de datos el Cuestionario de habilidades sociales de Caballo y Salazar (2017) y la adaptación española del Cuestionario de adaptación universitaria de Rodríguez et al (2012). Los resultados arrojaron que hay una relación positiva y entre las variables estudiadas, y entre las habilidades sociales y las dimensiones de adaptación universitaria personal, académica y social; sin embargo, no se encontró diferencias significativas con la dimensión institucional.

En México, Caldera, et al. (2022), desarrollaron “Ajuste escolar y habilidades sociales en estudiantes mexicanos de educación superior”, investigación que planteó identificar la vinculación entre el ajuste escolar y las habilidades sociales en universitarios, para ello, contaron con 1042 estudiantes, entre mujeres y varones, de edad promedio 20.6 años, pertenecientes a una institución pública universitaria. Se emplearon como instrumentos de recolección de datos la Escala Multidimensional Breve de Ajuste Escolar (EBAE-10) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS). Respecto a los resultados, se encontró una correlación débil y positiva entre ajuste escolar y habilidades sociales, además, específicamente se observó que la dimensión “rendimiento estudiantil” muestra una correlación positiva, aunque débil con la dimensión de habilidades sociales “Expresión de Enfado o Disconformidad”. Por otro lado, la dimensión “Interés por asistir a posgrado” correlacionó, de manera positiva, aunque con baja fuerza, con las dimensiones “Autoexpresión en Situaciones Sociales” y “Hacer Peticiones”, lo que interpretan como que los alumnos con mayores habilidades sociales ligadas a la seguridad en sí mismos para expresarse, tienen mayor tendencia a adaptarse académicamente, y por lo tanto, se pueden plantear expectativas altas respecto a su formación profesional. Finalmente, en el caso de la dimensión “Problemas de ajuste”, se obtuvo una correlación débil y negativa con las dimensiones de la variable habilidades sociales. Es importante resaltar que estos autores definen el ajuste como aquel constructo que contienen diversas dimensiones como el rendimiento académico, competencias, predisposición hacia la institución, socialización, entre otras, lo que coincide con el concepto de adaptación.

En Costa Rica, Valverde, et al. (2022), realizaron la investigación “Elementos, transformaciones y estrategias que intervienen en la adaptación universitaria desde la mirada de estudiantes regulares y de primer ingreso de la Universidad Nacional” y estudiaron las percepciones de universitarios de reciente ingreso para identificar los elementos y transformaciones que median en la adaptación a la universidad; para ello, en esta investigación cualitativa, contaron con una muestra de 14 estudiantes pertenecientes a 9 carreras profesionales, a quienes se les solicitó completar una encuesta, pasar por observación y diálogos. Los resultados arrojaron que los principales elementos que median en la adaptación universitaria fueron: las redes de apoyo (conocer nuevas personas, apoyo entre estudiantes, colaboración, empatía, diversidad de ideas, expresión, retroalimentación, tener espacios de diálogo y ocio), lo académico y profesional (ser líder, participación en programas universitarios y tutorías, uso de la biblioteca y demás servicios universitarios) y la satisfacción personal (disfrutar del aprendizaje, vocación, vida social activa).

En Ecuador, Torres, et al. (2020), realizaron el trabajo de investigación “Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de Secundaria”, en la que se plantearon identificar la relación entre habilidades sociales y rendimiento académico, en alumnos de educación secundaria, para lo cual tuvieron como muestra 91 estudiantes de entre 16 y 18 años y los instrumentos de medición escogidos fueron la Escala de habilidades sociales EHS y un registro acumulativo de calificaciones de los estudiantes. Los resultados revelaron una positiva y moderada correlación entre habilidades sociales y rendimiento académico; respecto a las dimensiones de las habilidades sociales, la mayoría (excepto Decir no y cortar

interacciones que se encuentra en un nivel alto) se ubica en un nivel medio y todas correlacionan moderada y positivamente con el rendimiento académico.

En Brasil, Benevides, et al. (2017) desarrollaron su investigación “Expectativas Académicas y Habilidades Sociales en la Adaptación a la Universidad”, que estableció como objetivo estudiar la relación de las habilidades sociales, las expectativas académicas y la adaptación universitaria; para ello, tuvieron una muestra de 177 alumnos de entidades públicas y privadas y se les administró los instrumentos: Inventario de habilidades sociales (IHS), Cuestionario de participación académicas (CPA) y el Cuestionario de vivencias académicas (QVA-r). Los resultados revelaron que las tres variables estudiadas presentan correlación positiva y débil; además, se observó que la dimensión Institucional de adaptación universitaria (referida a la evaluación de su institución educativa y las expectativas sobre la calidad de servicios) correlaciona con la dimensión autoafirmación en la expresión de sentimientos positivos (habilidades para expresar elogios y emociones y agradecerlos). De igual manera, las habilidades sociales correlacionaron positivamente con la dimensión Interpersonal de adaptación universitaria, es decir que, a nivel superior de habilidades sociales, se tendrá mayor implicación e interacción con compañeros de estudio.

3. Hipótesis

Hipótesis General

- Existe relación significativa entre adaptación universitaria y habilidades sociales en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.

Hipótesis Específicas

- Existe una relación significativa entre adaptación universitaria y autoexpresión en situaciones sociales en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Existe una relación significativa entre adaptación universitaria y defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Existe una relación significativa entre adaptación universitaria y expresión de enfado y disconformidad en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Existe una relación significativa entre adaptación universitaria y decir no y cortar interacción en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Existe una relación significativa entre adaptación universitaria y hacer peticiones en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.
- Existe una relación significativa entre adaptación universitaria e iniciar interacciones con el sexo opuesto en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

1. Tipo y Diseño de Investigación

De acuerdo con Hernández, et al. (2018, citado por Campos 2024), el trabajo de investigación presenta nivel Básico, no experimental, ya que tiene como fin generar y profundizar conocimientos, sin modificar la realidad existente; y las variables no son manipuladas, ni se trabaja con un grupo experimental, sino que se describe cada una en el contexto natural.

Además, es de tipo descriptivo, debido a que recolecta información de cada variable (Adaptación Universitaria y Habilidades Sociales), las cuales son evaluadas independientemente (Bernardo, et al., 2019).

Siguiendo a Hernández-Sampieri y Mendoza (2020), esta investigación es correlacional, puesto que tiene como finalidad analizar el nivel de correlación entre variables, en un contexto específico, en este caso, universitarios que cursan los primeros ciclos de educación superior. Además, es transversal porque se da dentro de un periodo establecido.

2. Población y Muestra

2.1. Población

La población estudiantil de primer año de estudios superiores, en modalidad presencial, de una universidad privada de Lima, consta de 128 alumnos en las carreras de Periodismo y de Comunicación Audiovisual, en la etapa de desarrollo correspondiente a adultez emergente.

2.2. Muestra

Debido a que se trata de una población con número limitado de participantes voluntarios, se evalúa la mayor cantidad posible de sujetos, quienes cumplen con los criterios; de manera que la muestra se determina como censal (Casal y Mateu, 2003).

La muestra en este estudio estuvo compuesta por 118 estudiantes universitarios, debido a que algunos estudiantes pertenecientes a la población inicial no asistieron el día de la evaluación o no completaron correctamente los instrumentos de recolección de datos. Siendo así, 39 estudiantes pertenecientes a la carrera de Comunicación audiovisual (21 de primer ciclo y 18 de segundo ciclo de estudios) y 79 correspondientes a la carrera de Periodismo (34 de primer ciclo y 45 de segundo ciclo).

Además, se encontró que el 60.2% de la muestra presenta nivel medio de adaptación universitaria, el 25.4% un nivel bajo, el 11.9% nivel alto y solo el 2.5% presenta desadaptación. Y referente a cada carrera, se distingue que tanto los alumnos pertenecientes a Periodismo y Ciencias de la comunicación presentan una prevalencia del nivel medio de Adaptación universitaria, (44,2% y 16,2% respectivamente).

Respecto a las habilidades sociales en la muestra, se encontró que el 78.0% presenta un nivel medio, el 11.9% nivel alto y 10.2% nivel bajo. Y en lo concerniente a las carreras profesionales, se observa que la mayoría de universitarios, tanto de la carrera de Comunicación audiovisual y Periodismo, presentan nivel medio de habilidades sociales (28,9% y 49,1% respectivamente).

2.3. Criterios de selección

Inclusión

- Estudiantes de entre 18 a 25 años.
- Estudiantes universitarios que firmen el consentimiento informado.
- Estudiantes de la modalidad presencial de estudios.

Exclusión

- Estudiantes universitarios que no completen correctamente los instrumentos.

2.4. Variables: Definiciones Conceptuales y Operacionales de Variables

2.4.1 Adaptación Universitaria

- Definición conceptual: Complejo fenómeno en el que interaccionan aspectos personales y contextuales para lograr adecuarse a las exigencias universitarias, mediante la dinámica de cinco dimensiones: personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional (Almeida, et al., 2000).
- Definición operacional: se medirá conforme al puntaje resultante de la escala Likert, del Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-r), Almeida, L., Ferreira, J., y Soares, A.

Tabla 1: Matriz de operacionalización de adaptación universitaria

Variable	Escala de medición	Dimensión	Indicadores	Ítems
Adaptación Universitaria	Medición ordinal	I: Personal	- Percepción acerca de su bienestar físico. - Percepción acerca de su bienestar psicológico.	4i, 9i, 11i, 13i, 17i, 21i, 26i, 28i, 31i, 39i, 45i, 52i, 55i
		II: Interpersonal	- Relación significativa con sus pares. - Participación en actividades extracurriculares.	1, 6i, 19, 24, 27, 30i, 33, 36, 38, 40, 42, 43, 59i
		III: Carrera	- Adaptación educativa. - Ajuste a proyecto de vida. - Perspectivas de la carrera.	2, 5, 7, 8, 14, 20, 22, 23, 37, 51i, 54, 56
		IV: Estudio	- Competencias académicas. - Estrategias y hábitos de estudio. - Organización del tiempo. - Recursos de aprendizaje.	10, 15, 18, 25, 29, 32, 34, 35i, 41, 44, 47, 49, 53, 57
		V: Institucional	- Interés hacia su centro universitario. - Ajuste a servicios y estructura.	3, 12, 16, 46i, 48, 58, 60

2.4.2 Habilidades sociales

- Definición conceptual: Es un grupo de variadas respuestas, verbales y no verbales, que se ponen en práctica de acuerdo a situaciones determinadas, mediante las cuales el sujeto expresa, dentro de un ámbito interpersonal, sus emociones, preferencias, necesidades, ideas, derechos, etc., sin problemas y de manera asertiva, respetando su entorno (Gismero, 2000).
- Definición operacional: se medirá conforme al puntaje resultante de la Escala de Habilidades Sociales EHS de Gismero, 2000.

Tabla 2: Matriz de operacionalización de habilidades sociales

Variable	Escala de medición	Dimensión	Indicadores	Ítems
Habilidades Sociales	Medición ordinal	I: Autoexpresión en situaciones sociales	- Particularidades que lo hacen único al expresarse.	1i, 2i, 10i, 11i, 19i, 20i, 28i, 29i
		II: Defensa de los propios derechos como consumidor	- Conductas asertivas ante otros, como defensa de los derechos propios, en situaciones de consumo.	3, 4i, 12i, 21i, 30i
		III: Expresión de enfado y disconformidad	- Destrezas para expresar, con facilidad y equilibrio emocional, situaciones de molestia o discrepancia.	13i, 22i, 31i, 32i
		IV: Decir no y cortar interacción	- Habilidades para terminar interacciones no deseadas.	5i, 14i, 15i, 23i, 24i, 33i
		V: Hacer peticiones	- Capacidad para formular peticiones, respetando los derechos y sentimientos de los otros, sin hacer uso de manipulación.	6i, 7, 16, 25, 26i
		VI. Iniciar interacciones con el sexo opuesto	- Destrezas para iniciar, sin problemas, interacciones con el sexo opuesto y realizar intercambios positivos.	8i, 9i, 17i, 18, 27i

3. Instrumentos

Para recoger los datos se emplearán el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA - R) y la Escala de Habilidades Sociales EHS.

3.1. Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R)

Autores : Almeida, L., Ferreira, J., y Soares, A.

Año : 2001

Traducción al español : Abello, Díaz y Pérez, en el año 2007

Adaptación en Perú : Chau, C., & Saravia, J. en el año 2014

Administración : Colectiva e individual

Duración : Aproximadamente 15 a 20 min.

Objetivo : Evaluar el nivel de adaptación a la vida universitaria.

Usos : Psicología educativa

Descripción del Instrumento: Inicialmente, el cuestionario QVA fue desarrollado por Almeida y Ferreira en el año 1997, conformado por 170 ítems, pero en el 2001, Almeida, Ferreira y Soares realizan la versión abreviada de ese instrumento, desarrollando el QVA-r, que será empleado en esta investigación, el cual es un cuestionario de auto-reporte y mide las vivencias, percepciones y comportamiento del alumno dentro del ambiente universitario. Está organizado en 60 ítems, organizados en cinco dimensiones: personal, interpersonal, carrera, estudio e institucional. La dimensión Personal estima las percepciones del alumno de acuerdo a su bienestar físico y psicológico; la dimensión Interpersonal mide la relación con otros y sus relaciones significativas, así también lo relacionado a su inmersión en actividades extracurriculares; la dimensión Carrera evalúa el proyecto vocacional y perspectiva de la profesión elegida; la dimensión Estudio valora las estrategias y competencias de estudio, organización del tiempo y uso de recursos de aprendizaje; y la dimensión Institucional evalúa intereses hacia su universidad, la impresión de la calidad de servicio y estructura (Tejada, 2020; Schrader, 2021).

Las respuestas corresponden a una escala tipo Likert, que van de 1= desacuerdo total a 5= acuerdo total (Curi, 2019).

Propiedades Psicométricas: Márquez, et al. (2009), tomando la traducción al español desarrollada por Abello, Díaz y Pérez en el año 2007, realizan la adaptación de éste instrumento, en una muestra de universitarios de edad promedio 20 años, en Colombia, para lo cual realizaron un análisis psicométrico para establecer la

confiabilidad por índice alfa de Cronbach, el cual fue superior a 0.65 para todas las subescalas; por otro lado, para la validez de contenido, se efectuó a través de nueve jueces y realizaron modificaciones en la redacción; finalmente, para conocer la validez de constructo, realizaron un análisis factorial confirmatorio con rotación Varimax y encontraron que todas las subescalas explican el 40.5% de la varianza total.

Chau y Saravia (2014) realizaron la adaptación en el Perú, utilizando la versión adaptada por Márquez et al. (2009), para ello, contaron con 281 estudiantes de los primeros 3 años de educación superior; y obtuvieron coeficientes alfa de Cronbach adecuados para cada subescala, ya que se hallaron coeficientes alfa de Cronbach entre .69 y .89; en cuanto a la validez de constructo, se observaron puntajes entre .43 y .75 en el factor Personal, de .31 a .64 en el factor Estudios, de .14 a .70 en el factor Carrera, de .32 a .68 en el factor Interpersonal y de .35 a .75 en el factor Institucional.

Además, para esta investigación, se realizó una prueba de confiabilidad del QVA-r para la muestra de este estudio, 118 estudiantes universitarios, hallando así un coeficiente de alfa de Cronbach de .942, resultado que, de acuerdo a Covarrubias (2021), indica una alta confiabilidad del cuestionario y que los ítems del instrumento presentan una fuerte consistencia interna. (Tabla 3).

Tabla 3

Confiabilidad por el método alfa de Cronbach QVA-r

Alfa de Cronbach	N de elementos
.942	60

3.2.Escala de Habilidades Sociales EHS

Autora : Gismero, E. (en España)

Año : 2000

Adaptación en Perú : Ruiz, C. y Quiroz M., en el año 2014

Administración : Colectiva e individual, adolescentes desde los 12 años y adultos

Objetivo : Evaluar el nivel de habilidades sociales

Duración : Aproximadamente 15 minutos

Usos : Psicología clínica - educativa

Descripción del Instrumento: Constituido por 33 ítems, organizados en seis dimensiones o factores: la autoexpresión en situaciones sociales, la defensa de los derechos propios como consumidor, la expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar la interacción, hacer peticiones e iniciar una interacción con el sexo opuesto o con personas que puedan resultar atractivas. Para la calificación, las respuestas corresponden a una escala tipo Likert, que van de 1= no me identifico en absoluto a 4= me sentiría o actuaría así en la mayoría de casos; por lo tanto, cuanto mayor sea el puntaje global, la persona evaluada expresa mayor nivel de habilidades sociales y capacidad de aserción en diferentes contextos (Gismero, 2022).

Propiedades Psicométricas: Gismero (2002, citada en San Miguel, 2023), realizó la prueba de confiabilidad, encontrando una consistencia interna alta, con coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach de $\alpha = 0.88$ para la escala general; en cuanto a la validez de constructo, mediante análisis factorial, alcanzó un valor final de .77, revelando sus 6 factores o dimensiones.

Por otro lado, Ruiz y Quiroz (2014, citados por Chávez, 2022), realizaron la adaptación en el Perú de este instrumento en una muestra de 1157 adolescentes y 1214 jóvenes adultos (universitarios y no universitarios) y analizaron la confiabilidad de esta escala, utilizando el estadístico Richardson, alcanzando un puntaje en la escala general de .902 y sus dimensiones un alfa de Cronbach entre .873 y .887; siendo altamente confiable.

De igual manera, Ruiz y Quiroz estimaron la validez de la EHS al realizar la adaptación de ésta, mediante correlación ítem-test, encontrando índices de correlación que superan el valor mínimo requerido de .20, con puntajes entre .25 y .37 (Llallire, 2021).

Además, en el año 2014, en el Perú, Quintana evaluó la validez de contenido de la prueba, mediante análisis factorial confirmatorio y confirmó que la prueba logra un correcto ajuste y nivel alto de significancia, además, respecto a la validez de constructo, por correlación ítem test, encontró un nivel alto de significancia, con índices entre .324 y .523; por otro lado, respecto a la confiabilidad por consistencia interna, por coeficiente de Alpha de Cronbach, alcanzó una confiabilidad de .828. (Palomino, 2019)

Finalmente, Pazmino (2022) realizó un análisis estadístico en una muestra de 844 estudiantes universitarios mayores de 18 años y determinó que la validez de esta prueba, obtenida por correlación ítem-test, va entre moderada y fuerte, ya que la mayor parte de elementos de la prueba presenta una correlación >0.50 .

4. Procedimiento

- Se realizó la gestión correspondiente con las autoridades (Rector y Vicerrector académico) de la universidad privada de Lima Metropolitana, para lograr el acceso a la muestra requerida y recolectar los datos.
- Después de conseguir la autorización de la Universidad mencionada, se llevó a cabo los trámites necesarios con el Comité Institucional de Ética, de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, para la aprobación pertinente.
- Luego de recibir el permiso del Comité Institucional de Ética, se coordinó con la Oficina de Bienestar Universitario para acudir a las aulas primer año de estudios de las carreras de periodismo y comunicación audiovisual de la entidad establecida, con el fin de realizar la recolección de datos.
- En cada aula, se les explicó brevemente en qué consiste la investigación y la necesidad y valor de su participación y posteriormente, se les entregó el formato de consentimiento informado a los estudiantes mayores de 18 años, asegurando la confidencialidad y que podrán decidir dejar de participar en cualquier momento, se procedió con la firma del documento.
- Se procedió con la recolección de datos, con los instrumentos psicológicos especificados a la muestra seleccionada, dándoles las indicaciones para completar cada una y se fomentó que expresen sus dudas en cualquier momento; la aplicación de ambas pruebas duró aproximadamente 40 minutos.
- Se les hizo entrega de un tríptico que contenía información y recomendaciones acerca de las variables abordadas.
- La información recolectada fue registrada en una base de datos, para luego iniciarse el análisis estadístico de datos.

5. Plan de Análisis de Datos

Inicialmente, los datos obtenidos a partir de los cuestionarios completados por los participantes se tabularon en una hoja de cálculo Excel, previamente validando que todas las pruebas tengan los datos e ítems completos; posteriormente, para realizar el análisis estadístico se empleó el programa estadístico SPSS, con el cual se verificó la existencia de una distribución de normalidad con la prueba de Kolmogorov-Smirnov y se procedió a especificar la frecuencia de ambas variables estudiadas.

Al confirmarse que los datos no se distribuyen de manera normal, se determinó emplear estadística no paramétrica, por lo que se hizo uso del estadístico de correlación de Spearman, con el fin de identificar los niveles de correlación, se usaron los criterios propuestos por Cohen, quien, de acuerdo a Hernández, et al. (2018), propone los siguientes rangos: $0.00 < r < 0.10$, correlación nula; $0.10 < r < 0.30$, correlación débil; $0.30 < r < 0.50$, moderada correlación, y $0.50 < r < 1$, correlación fuerte.

6. Consideraciones Éticas

Para desarrollar esta investigación, se consideran los siguientes aspectos:

El principio de autonomía se orienta a la capacidad del sujeto para decidir si desea participar o no en el estudio y se manifiesta con la firma de un consentimiento informado (Martínez y Mondragón, 2020), este principio se ve reflejado en que los voluntarios son informados acerca de los objetivos de este estudio y de sus derechos como participantes, resaltando que la participación es voluntaria y que cualquiera podría decidir retirarse del mismo en cualquier

momento si así lo desean; se entregó el consentimiento informado a cada uno de los voluntarios.

Respecto al principio de beneficencia, los estudiantes recibieron información acerca del tema, mediante trípticos, en el que además se les brindaba recomendaciones para desarrollar y optimizar su adaptación universitaria y sus habilidades sociales, con el propósito de fomentar una óptima calidad de vida universitaria para ellos.

El principio de no maleficencia se demuestra en que esta investigación no causa ningún daño o perjuicio a los universitarios, puesto que respeta su integridad como seres humanos y garantiza también el cuidado de sus datos.

De acuerdo con el principio de justicia, cabe destacar que todos los universitarios pertenecientes al primer año de estudios y mayores de 18 años tuvieron la misma oportunidad de ser voluntarios en el estudio, dando además el mismo trato respetuoso a todos los participantes durante la realización de este trabajo.

Además, al finalizar la investigación, se hace entrega de un informe con resultados y propuestas de estrategias conforme a lo encontrado a la institución en la que la investigación fue llevada a cabo.

RESULTADOS

Para comprobar la normalidad de los datos, se realizó la prueba Kolmogorv-Smirnov, mediante la cual se demuestra, por sus respectivas probabilidades inferiores a 0.05 ($p < 0.05$), excepto la variable Habilidades sociales ($p = 0.065$), que los datos no se distribuyen de manera normal, ver Tabla 4, por ello, se decide aplicar una estadística no paramétrica (Rho de Spearman) para el análisis. Fau, Nabzo y Nasabun (2020), refieren que la prueba de normalidad Kolmogorv-Smirnov se emplea para comparar la distribución empírica con la teórica, arrojando un valor p , el cual, si es mayor a 0.05 revela que la distribución de los datos es normal.

Tabla 4

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	p-value
Autoexpresión	,105	118	,003
Defensa	,124	118	,000
Expresión	,115	118	,001
Decir no	,109	118	,001
Hacer peticiones	,120	118	,000
Iniciar	,115	118	,001
Habilidades sociales	,079	118	,065
Personal	,132	118	,000
Interpersonal	,086	118	,031
Carrera	,197	118	,000
Estudio	,120	118	,000
Institucional	,104	118	,003
Adaptación Universitaria	,146	118	,000

Con relación al objetivo general, el cual busca identificar la relación entre Adaptación universitaria y Habilidades sociales en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual, se obtiene como resultado una correlación fuerte y positiva de $Rho=0.541$, ver Tabla 5.

Tabla 5

Correlación entre Adaptación Universitaria y Habilidades sociales

		Habilidades Sociales	
		rho	,541
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	<i>p</i>	,000*
		N	118

*Nota: * $p < 0.05$*

El primer objetivo específico propuesto fue establecer la relación entre la Adaptación universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Autoexpresión en situaciones sociales”, para lo cual se hizo el análisis de correlación Rho de Spearman, ver Tabla 6, hallando que existe una correlación moderada y positiva con $Rho = 0.401$.

Tabla 6

Correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de habilidades sociales Autoexpresión en situaciones sociales

		Autoexpresión en situaciones sociales	
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	rho	,401
		<i>p</i>	,000*
		N	118

*Nota: * $p < 0.05$*

Referente al segundo objetivo específico, que pretende conocer la relación entre la Adaptación universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Defensa de los propios derechos como consumidor”, se efectuó el análisis de correlación positiva Rho de Spearman, ver Tabla 7, encontrando una fuerza de correlación débil y positiva con un valor Rho= 0.145.

Tabla 7

Correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de habilidades sociales Defensa de los propios derechos como consumidor

		Defensa de los propios derechos como consumidor	
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	rho	,145
		<i>p</i>	,118
		N	118

En cuanto al tercer objetivo específico, en la Tabla 8 se observa la relación entre la Adaptación universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Expresión de enfado y disconformidad”, a través de la correlación Rho de Spearman, se obtuvo el valor $Rho=0.165$, que demuestra una fuerza de correlación débil y positiva.

Tabla 8

Correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de habilidades sociales Expresión de enfado y disconformidad

		Expresión de enfado y disconformidad	
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	rho	,165
		<i>p</i>	,074
		N	118

Para responder al objetivo específico cuatro, que propone conocer la relación entre la Adaptación universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Decir no y cortar la interacción”, la Tabla 9 muestra los valores obtenidos por correlación Rho de Spearman, siendo $Rho=0.309$, lo que demuestra una correlación moderada y positiva entre ambas variables.

Tabla 9

Correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de habilidades sociales Decir no y cortar interacción

		Decir no y cortar interacción	
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	rho	,309
		<i>p</i>	,001*
		N	118

*Nota: * $p < 0.05$*

Con el fin de responder al quinto objetivo específico, que plantea conocer la relación entre la Adaptación universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Hacer peticiones”, se efectuó el análisis de correlación Rho de Spearman, ver Tabla 10, obteniendo como resultado que existe una correlación positiva pero débil de $Rho=0.170$.

Tabla 10

Correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de habilidades sociales Hacer peticiones

		Hacer Peticiones	
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	rho	,170
		<i>p</i>	,065
		N	118

Para el sexto objetivo específico, que plantea conocer la relación entre la Adaptación universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Iniciar interacciones con el sexo opuesto”, ver Tabla 11, por correlación Rho de Spearman, se obtienen valores $Rho=0.649$, que demuestra que existe una fuerte y positiva correlación entre ambas variables.

Tabla 11

Correlación entre adaptación universitaria y la dimensión de habilidades sociales Iniciar interacciones con el sexo opuesto

		Iniciar interacciones con el sexo opuesto	
Rho de Spearman	Adaptación Universitaria	rho	,649
		<i>p</i>	,000*
		N	118

*Nota: * $p < 0.05$*

DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre la adaptación universitaria y las habilidades sociales en estudiantes del primer año de las carreras de Periodismo y Comunicación audiovisual, Lima 2023. Los resultados demuestran que existe una correlación positiva, fuerte y significativa entre ambas variables estudiadas, lo cual indica que, si el estudiante logra una mejor adaptación universitaria, entonces también logrará mejores habilidades sociales, por lo tanto, aquellos estudiantes que logren adaptarse de mejor manera en los distintos ámbitos de la vida universitaria, también poseerán mejores habilidades sociales al interactuar con su entorno.

Estos hallazgos coinciden con lo encontrado por Quispe, et al. (2023), en Lima, Perú, quienes concluyeron que las habilidades sociales son esenciales en la vida universitaria, ya que hacen posible el desarrollo integral del estudiante, lo que les permite enfrentarse adecuadamente a situaciones y retos profesionales y personales como los que se presentan continuamente en la universidad. De igual manera, en el extranjero, autores como López-Ortega, et al. (2023), Caldera, et al. (2022) y Benevides, et al. (2017), realizaron investigaciones para estudiar la relación entre ajuste o adaptación universitaria y habilidades sociales, y de igual manera, encontraron una correlación positiva entre ambas variables. Lo cual también se puede sustentar en lo referido por Dominguez y Prada (2020), quienes afirman que la adaptación universitaria requiere que el alumno logre afrontar las demandas en todos los ámbitos, incluido el social, el cual implica que la persona genere una adecuada relación con su entorno (docentes y profesores), por lo que las habilidades sociales representan un papel importante.

Además, también se encuentra coincidencia con lo hallado en distintas investigaciones como la realizada por Schrader (2021), quien analizó la relación entre la adaptación universitaria y la dimensión de apego adulto, revelando una correlación moderada y positiva entre apego seguro y las dimensiones personal e interpersonal de la adaptación universitaria, lo cual sugiere que quienes pueden mantener relaciones saludables con otros, con confianza y seguridad, también presentarán, de acuerdo con Almeida, et al. (2000), mayor percepción del propio bienestar físico y psicológico, y mejor vinculación con sus pares en la universidad, por lo tanto, mayor tendencia a adaptarse a la vida universitaria. De igual manera, con la investigación desarrollada por Cahuaza y Melgarejo (2021), quienes estudiaron la posible relación entre habilidades sociales y motivación educativa en universitarios, encontrando una relación positiva y débil entre ambas variables, lo cual, teniendo en cuenta que la motivación educativa es un predictor de logros del universitario durante su trayecto académico, ya que facilita su desenvolvimiento y toma de decisiones educativas, se puede plantear que quienes presentan mayores niveles de habilidades sociales, tendrán mayor probabilidad de desenvolverse adecuadamente en el entorno universitario y procurar mayores logros.

En cuanto al primer objetivo específico, que plantea identificar la relación entre Adaptación universitaria y la dimensión Autoexpresión en situaciones sociales, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023, se encontró una moderada y positiva correlación entre ambas; lo cual quiere decir que si el estudiante logra mayor adaptación universitaria, también logrará desarrollar una mejor autoexpresión frente a situaciones sociales, lo cual

quiere decir, de acuerdo a Gismero (2010) que tendrá mayor habilidad para expresar ideas y emociones asertivamente, interactuar y cuestionar en situaciones sociales.

Estos resultados guardan coincidencia con lo encontrado por Valverde, et al. (2022), quienes se plantearon identificar los elementos y transformaciones que median en la adaptación universitaria, revelando también que uno de los principales elementos relevantes en la adaptación a la universidad son las redes de apoyo del estudiante, que incluye poder conocer nuevas personas, expresar correctamente sus ideas y participar en espacios de diálogo.

De igual manera con la investigación de Benevides, et al. (2017), en la que analizaron la relación de las habilidades sociales, las expectativas académicas y la adaptación universitaria, encontraron que la dimensión Institucional de adaptación universitaria (referida a la evaluación de la institución educativa, implicación en actividades extracurriculares y expectativas sobre los servicios) correlaciona con la dimensión autoafirmación en la expresión de sentimientos positivos que, de acuerdo con Goldstein, et al. (1989), es aquella habilidad para expresar elogios y emociones de manera correcta, lo que sugiere que los alumnos que presentan dificultades para expresar emociones, tampoco tendrán implicación en las actividades extracurriculares desarrolladas por su universidad y ello podrá verse reflejado negativamente en su adaptación universitaria.

Y finalmente, con lo identificado por Caldera, et al. (2022), quienes estudiaron la relación entre el ajuste estudiantil y las habilidades sociales en universitarios e identificaron que la dimensión “Interés por asistir a posgrado” correlacionó positivamente con “Autoexpresión en Situaciones Sociales” y la

dimensión “Problemas de ajuste” correlacionó negativamente con esta misma dimensión de habilidades sociales, con lo que se puede afirmar que los estudiantes que presentan más facilidad para expresar sus emociones e ideas en situaciones sociales, presentan mayor posibilidad de plantearse expectativas profesionales altas y por lo tanto mayor tendencia a adaptarse a la universidad; y por otro lado, a mayor nivel de habilidades sociales, se encontrará menor probabilidad de presentar problemas de ajuste universitario.

En respuesta al segundo objetivo específico, que planteaba establecer la relación entre adaptación universitaria y defensa de los propios derechos como consumidor, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023; se identificó una correlación débil y positiva las variables adaptación a la universidad y la dimensión de habilidades sociales que permite que las personas presenten conductas asertivas ante otros al defender sus propios derechos en situaciones de consumo. Este resultado coincide con lo encontrado en investigaciones como la realizada por Caldera, et al. (2022), quienes hallaron una correlación negativa y débil entre las dimensiones Problemas de ajuste estudiantil y Defensa de los propios derechos como consumidor, lo cual indica que a mayor destreza para defenderse como consumidor frente a otras personas, es probable que presenten menos problemas de ajuste universitario. Sin embargo, la investigación desarrollada por Torres, et al. (2020), difiere con los resultados obtenidos, ya que encontraron una correlación positiva y moderada entre el rendimiento académico y la dimensión Defensa de los propios derechos como consumidor; no obstante, se debe tener en cuenta que emplearon una muestra distinta (escolares) y que, de acuerdo a lo expuesto en el modelo teórico de Baker y Sirik (1999), el rendimiento

académico viene a ser solo una parte de las dimensiones de la adaptación universitaria.

En cuanto al tercer objetivo específico, el cual propone identificar la relación entre adaptación universitaria y la dimensión expresión de enfado y disconformidad, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023; se observó una fuerza de correlación débil y positiva, lo cual indica una relación débil entre la habilidad para expresar el propio enfado al interactuar con el entorno y la adaptación universitaria. Estos resultados guardan relación con la investigación desarrollada por Caldera, et al. (2022), ya que estos autores encontraron que tanto el rendimiento estudiantil y la dimensión de ajuste “Interés por asistir a posgrado” correlacionan también con una fuerza débil y positiva con la dimensión Expresión de enfado y disconformidad, lo cual indicaría que, si el estudiante presenta mayor rendimiento estudiantil e interés por asistir a un posgrado, también presentará mejores habilidades al expresar su enfado o disconformidad frente a otras personas; aunque es importante mencionar que las correlaciones encontradas por estos autores fueron con dimensiones de la variable ajuste estudiantil, como el “rendimiento estudiantil” e “Interés por asistir a posgrado” y no con la variable en sí.

Respecto al cuarto objetivo específico de este trabajo, el cual propuso establecer la relación entre adaptación universitaria y decir no y cortar interacción, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023; se determinó que existe moderada y significativa correlación entre Adaptación universitaria y la dimensión Decir no y cortar interacción, por lo que se infiere que si el estudiante logra una mayor adaptación universitaria, también

presentará mayor facilidad para expresar una respuesta negativa y cortar la interacción si así lo desea. Estos resultados guardan coincidencia con lo hallado por Torres, et al. (2020), quienes, aunque en una muestra de escolares, encontraron que el rendimiento (factor presente en la adaptación) y la dimensión Decir no y cortar interacción correlacionan positiva y moderadamente.

En relación al quinto objetivo específico, que se propuso establecer la relación entre adaptación universitaria y hacer peticiones, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023; se obtuvo una correlación débil y positiva, lo que indicaría que existe una débil relación entre la habilidad para formular peticiones respetando a los demás y la adaptación a la universidad. Este resultado guarda semejanza con lo presentado por Caldera, et al. (2022), ya que en su investigación también encontraron que existe una correlación negativa y débil entre la dimensión de adaptación Problemas de ajuste y la dimensión de habilidades sociales “Hacer peticiones”, lo cual revela que aquellos estudiantes con menores problemas de ajuste presentaban mayores habilidades para elaborar peticiones a otras personas. De igual manera, Valverde, et al. (2022) refirieron que uno de los principales elementos de la adaptación universitaria son las redes de apoyo, específicamente la facilidad para solicitar y recibir apoyo entre estudiantes, la retroalimentación de ideas y participar en espacios de diálogo, lo cual puede tener relación con la dimensión de habilidades sociales Hacer peticiones, ya que, de acuerdo con Gismero (2010), esta dimensión se refiere a la habilidad para solicitar favores, apoyo o algún cambio en otras personas. Cabe señalar que, en ambas investigaciones mencionadas, las carreras profesionales estudiadas fueron diferentes al presente estudio.

Finalmente, referente al sexto objetivo específico, que propuso establecer la relación entre adaptación universitaria e iniciar interacciones con el sexo opuesto, en estudiantes del primer año de periodismo y comunicación audiovisual, Lima 2023; se determinó que existe una fuerte y positiva relación entre la Adaptación Universitaria y la dimensión de Habilidades sociales “Iniciar interacciones con el sexo opuesto”, lo que significa que si el universitario presenta una mayor adaptación universitaria, también logrará mejores habilidades para iniciar interacciones con personas del sexo opuesto y realizar intercambios positivos. Este resultado coincide con lo expuesto por Schrader (2021), quien encontró una correlación moderada y positiva entre apego seguro y las dimensiones personal e interpersonal de adaptación universitaria, lo cual sugiere que aquellos estudiantes que desean y buscan vincularse con otras personas, mediante la iniciativa y buena comunicación, presentan también mayores niveles de adaptación universitaria personal e interpersonal, es decir, mayor percepción del propio bienestar físico y psicológico y mejor vinculación con sus pares en la universidad (Almeida, et al., 2000); por otro lado, este autor también halló que el apego temeroso se correlaciona negativamente con las dimensiones de adaptación Interpersonal y Personal; lo que significa que aquellos universitarios que buscan menos intimidad o la evitan e incluso suprimen sus sentimientos, presentan menor adaptación universitaria, también en las dimensiones personal e interpersonal.

CONCLUSIONES

- Se concluye que existe correlación fuerte y positiva entre Adaptación universitaria y Habilidades sociales en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual; es decir, a mayor nivel de adaptación universitaria, también existirá mayor nivel de habilidades sociales.
- Se encontró una correlación moderada y positiva entre Adaptación universitaria y la dimensión Autoexpresión en situaciones sociales en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual; es decir, si el universitario logra una mayor adaptación universitaria, también presentará mayor habilidad para expresarse espontáneamente en contextos sociales, interactuar, cuestionar, manifestarse adecuadamente, etc.
- Se encontró correlación débil y positiva entre Adaptación universitaria y la dimensión Defensa de los propios derechos como consumidor en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual; lo que significa que ambas variables presentan un bajo grado de asociación entre sí.
- Se encontró correlación débil y positiva entre Adaptación universitaria y la dimensión Expresión de enfado y disconformidad en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual; lo que significa que ambas variables presentan un bajo grado de asociación entre sí.
- Existe una moderada y significativa correlación entre Adaptación universitaria y la dimensión Decir no y cortar interacción en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual; por lo que, si el estudiante logra una mayor adaptación universitaria, también presentará mayor facilidad para

expresar una respuesta negativa, poner límites y cortar una interacción que no desea mantener.

- Se halló una correlación débil y positiva entre la Adaptación universitaria y la dimensión Hacer peticiones en estudiantes del primer año de Periodismo y Comunicación audiovisual, lo que significa que las dos variables presentan un bajo grado de asociación.
- Finalmente, se halló una fuerte y significativa correlación entre la Adaptación Universitaria y la dimensión “Iniciar interacciones con el sexo opuesto”; es decir, a mayor adaptación universitaria, también existirán mayores habilidades para iniciar interacciones con el sexo opuesto y realizar intercambios positivos.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda ampliar el tamaño de la muestra en posteriores investigaciones relacionadas a las variables abordadas en esta investigación, con el fin de lograr mayor replicación de resultados.
- Promover la investigación de las variables estudiadas en universitarios de otras carreras profesionales y de diferentes años de estudio, para la obtención de resultados más profundos y diversos.
- Para las instituciones universitarias, enfocarse en fomentar la adaptación universitaria y las habilidades sociales en sus estudiantes, mediante programas psicoeducativos, con el fin de lograr un óptimo desarrollo a nivel personal y académico en sus alumnos.
- Enfocar esfuerzos en el desarrollo principalmente de las tres dimensiones de las habilidades sociales que mostraron correlaciones moderadas a fuertes: Autoexpresión en situaciones sociales, Decir no y cortar interacción e Iniciar interacciones con el sexo opuesto; ya que podrían mejorar la adaptación universitaria y viceversa.
- Promover investigaciones en las que se evalúe la eficacia de programas psicoeducativos o talleres que fomenten la adaptación universitaria y/o habilidades sociales.
- Incentivar espacios de salud mental y bienestar con charlas sobre la importancia de una óptima adaptación universitaria y habilidades sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcoba, J., Garatte, L. y Hernando, G. (2019). Desgranamiento y dificultades de integración a la vida universitaria en Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata. *Archivos de Ciencias de la Educación*, 13(15), 1-11. <https://doi.org/10.24215/23468866e058>.
- Almeida, L., Soares, A. y Ferreira, J. (2000) Transição e Adaptação à Universidade. Apresentação de um Questionário de Vivências Académicas (QVA). *Psicologia*, 14(2), 189-208. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v14i2.510>
- Alomoto, I. y Ordóñez, K. (2021). *Teorías de las habilidades sociales en los adolescentes* [Tesis de Licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional Universidad Central de Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22968>
- Apaza, A. (2021). *Uso de medios académicos virtuales y adaptabilidad a la vida universitaria durante la pandemia COVID-19 en universitarios del departamento de Puno*. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4697/Ana_Tesis_Maestro_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Arnett, J. (2008). *Adolescencia y Adultez Emergente, un Enfoque Cultural*. Editorial Pearson. <https://biblioteca.ucn.edu.co/Coleccion/Adolescencia/Adolescencia/Adolescencia%20y%20adultez%20emergentes.%20Un%20enfoque%20cultural.pdf>

- Bances, R. (2019). *Habilidades sociales: una revisión teórica del Concepto*. [Trabajo de investigación de Bachillerato, Universidad Señor de Sipán, Lima, Perú]. Repositorio Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6098/Bances%20Goicochea%20Rosa.pdf?sequence=1>
- Benevides, A., Almeida, Z., Cleon. A. y Siqueira, M. (2017). Expectativas acadêmicas e habilidades sociais na adaptação à universidade. *Revista Ciências Psicológicas*, 11(1), 77 – 88. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6089608>
- Bernardo, C., Carbajal, Y. y Contreras, V. (2019). *Metodología de la investigación*. Universidad San Martín de Porres. <https://docplayer.es/134732351-Metodologia-de-la-investigacion-manual-del-estudiante.html>
- Cahuaza, C. y Melgarejo, E. (2021). *Habilidades sociales y motivación educativa en estudiantes de una universidad privada de Lima*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Marcelino Champagnat]. Repositorio Universidad Marcelino Champagnat https://repositorio.umch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14231/3391/112.Cahuaza_Melgarejo_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Caldera, J., Pérez, I., Torres, A., Mora, O. y Casillas, R. (2022). Ajuste escolar y habilidades sociales en estudiantes mexicanos de educación superior. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(2).

<https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3064/3059>

Campos, K. (2024). Relación entre la sintomatología depresiva, adherencia al tratamiento y los factores sociodemográficos, en pacientes con hipertensión arterial de 60 a 90 años en la región de Puno, Perú. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional de la Universidad Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15466/Relacion_CamposBlanco_Karina.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Cárdenas, L. (2021). *Adaptación universitaria y repitencia académica*. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio de la Universidad Peruana Los Andes. https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2191/T037_20033497_M.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Casal, J., & Mateu, E. (2003). Tipos de muestreo. *Revista de epidemiología y medicina preventiva*, *1*, 3-7. [http://mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20\(C%C3%B3mo%20dise%C3%B1ar%20una%20encuesta\)/TiposMuestreo1.pdf](http://mat.uson.mx/~ftapia/Lecturas%20Adicionales%20(C%C3%B3mo%20dise%C3%B1ar%20una%20encuesta)/TiposMuestreo1.pdf)

Chau, C. y Saravia, J. (2014). Adaptación Universitaria y su Relación con la Salud Percibida en Una Muestra de Jóvenes de Perú. *Revista Colombiana de Psicología*, *23*(2), 269-284. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-54692014000200003

- Chávez, L. (2022). *Las habilidades sociales en estudiantes del 1ro y 5to de educación secundaria de un Colegio Nacional del Distrito de San Miguel*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/5567/T030_71618601_T%20LIZBETH%20MAR%C3%8DA%20GEORGINA%20%20CHAVEZ%20AGUILAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cortés, S., Álvarez, P., Llanos, M. y Castillo, L. (2019). Deserción universitaria: La epidemia que aqueja a los sistemas de educación superior. *Revista Perspectiva*, 20(1), 13-25. <https://doi.org/10.33198/rp.v20i1.00017>
- Covarrubias, D. (2021). *Estudio psicométrico del instrumento Utrecht work engagement scale (UWES) en trabajadores millennials de una empresa privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio institucional de la Universidad Cayetano Heredia. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9546/Estudio_CovarrubiasSilva_Diego.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Criollo, P. (2019). *Expresión oral y corporal en el perfil profesional de los estudiantes de octavo semestre de la carrera de Comunicación social de la Universidad de Guayaquil*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Guayaquil]. Repositorio institucional de la Universidad de Guanajuato. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/41582/1/Expresi%C3%B3n%20Oral%20y%20Corporal%20en%20el%20perfil%20Profesional%20de%20>

Olos%20estudiantes%20de%20Octavo%20Semestre%20carrera%20Comu
nicaci%C3%B3n%20Social.pdf

Curi, R. (2019). *Adaptación universitaria y autoeficacia general en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio Institucional de la UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3962/CURI%20NORE%C3%91A%20RAQUEL%20ABIGAIL%20%20TITULO%20PROFESIONAL%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Dávila, R., Agüero, E. Portillo, H y Quimbita, O. (2022). Deserción universitaria de los estudiantes de una universidad peruana. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(2), 421-427. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2722>

De la Cruz, M. y Vallejos, P. (2021). *Clima social familiar y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de la región de Piura*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4554/PSIC-T030_70059025_T%20%20%20DE%20LA%20CRUZ%20ABURTO%20MARILYN%20PAOLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Dominguez, S. y Prada, R. (2020). Adaptación universitaria en estudiantes peruanos de ciencias de la salud. Diferencias por sexo y grupo etario. *Archivos de*

Medicina, 20(2), 410-417.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273863770012>

Escalante, J., Medina, C. y Vásquez, A. (2023). La deserción universitaria: un problema no resuelto en el Perú. *Revista Hacedor*, 7(1), 60-72.
<https://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/2421/2887>

Fau, C., Nabzo, S., & Nasabun, V. (2020). Bondad de ajuste y análisis de concordancia. *Revista Mexicana de Oftalmología*, 94(2), 100-102.
doi:10.24875/RMO.M20000107

Flores, C. (2019). *Nivel de Desarrollo de Habilidades Sociales en estudiantes de 5° año de secundaria que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3783/008594_Trab._Suf._Prof._Flores%20Cisneros%20Caludia%20Cecilia.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Fundación General de la Universidad de Valladolid. (2021). *Adaptación a cambios*.
https://uvaorienta.com/pluginfile.php/3076/mod_folder/content/0/Adaptacion%20a%20cambios.pdf?forcedownload=1

García, D., Rincón, B. y Urdaneta, M. (2022). Autopercepción de adultez emergente y sus relaciones con gratitud, ansiedad y bienestar. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 9(2), 186-206.
<https://www.redalyc.org/journal/6952/695273466002/html/>

- Gismero, E. (2000). *Escala de Habilidades Sociales EHS*.
<https://www.studocu.com/ec/document/universidad-tecnica-de-ambato/psicologia/ehs-escala-de-habilidades-sociales-de-gismero-adaptacion-peruana-free-download-pdf/39187215>
- Gismero, E. (2010). *Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: Tea Ediciones.
https://www.researchgate.net/publication/282733366_EHS_Escala_de_Habilidades_Sociales
- Gismero, E. (2022). *EHS. Escala de Habilidades Sociales (4ta ed.)*. Hogrefe TEA Ediciones. https://web.teaediciones.com/Ejemplos/EHS_Extracto-Manual-web.pdf
- Goldstein, A., Sprafkin, R. Gershaw, J. y Klein, P. *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de enseñanza*. Ediciones Martínez Roca.
https://www.academia.edu/36322793/Habilidades_sociales_y_autocontrol_en_la_adolescencia_Goldstein_Sprafkin_Gershaw_y_Klein
- Grasso, P. (2022). Validación de la Escala de Habilidades Sociales, de Gismero González, en adultos de Buenos Aires. *Revista ConCiencia*, 7(2), 183-202.
<https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.7-2.10>
- Hernández, E., Barbera, N. y Vega, A. (2020). Perfil profesional del Comunicador Social: una visión desde los rasgos neurocognitivos del estudiante. *Revista Tendencias en la Investigación Universitaria*. 450-463.
www.doi.org/10.47212/tendencias2020vol.xii.26

- Hernández, J., Espinoza, J., Peñaloza, M., Rodríguez, J., Chacón, J., Toloza, C. Arenas, M., Carrillo, S. y Bermúdez, V. (2018). Sobre el uso adecuado del coeficiente de correlación de Pearson: definición, propiedades y suposiciones. *Revista archivos venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 5(37), 587 – 595. https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_5_2018/25sobre_uso_adecuado_coeficiente.pdf
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Inga, E. (2021). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y la prevención de conductas de riesgo para la salud en los adolescentes de una institución pública del Callao*. [Trabajo de investigación de Bachillerato, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional de la UNMSM. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16840/Inga_me.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Junta de Galicia. (2021). *Habilidades Sociales: Material Didáctico*. https://www.edu.xunta.gal/centros/iespobracaraminal/system/files/01.Habilidades_sociales%283%29_0.pdf
- Leo, G. (2022). *La Improvisación Teatral como herramienta potenciadora de habilidades en un comunicador audiovisual*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio académico UPC. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/661159/Leo_HG.pdf?sequence=3&isAllowed=y

- León, A., Gonzáles, S., Gonzáles, N. y Barcelata, B. (2019). Estrés, autoeficacia, rendimiento académico y resiliencia en adultos emergentes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17(1), 129-148.
<https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2226/2808>
- Llallire, M. (2021). *Habilidades Sociales y Calidad de vida en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas, Ate 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma.
https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2159/12-29-2022_162357580_LlallireMelendezMayraNatali.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- López, J. (2020). *Salud, Adaptación y Estrés Académico en Estudiantes Universitarios*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional de la Universidad Cooperativa de Colombia.<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/a3b3a861-7c3e-4a67-be79-1280ba4a863f/content>
- López-Ortega, S., Guiote, J. y García, P. (2023). *Intervención experiencial en habilidades sociales para promover la adaptación a la Universidad*.
https://www.researchgate.net/publication/371493128_Intervencion_experiencial_en_habilidades_sociales_para_promover_la_adaptacion_a_la_Universidad

- Marcelo, Y. (2021). *Habilidades sociales y clima social familiar de los estudiantes de cuarto grado de primaria de una Institución educativa pública de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/18720/MARCELO_ESPINOZA_YESENIA_TORIBIA_Lic..pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Márquez, D., Ortiz, S. y Rendón, M. (2009). Cuestionario de Vivencias Académicas en su versión reducida (QVA-r): un análisis psicométrico. *Revista Colombiana de Psicología*, 18(1), 33-52. <https://www.redalyc.org/pdf/804/80412413004.pdf>
- Martínez, L. (2019). *Estrés académico y adaptación a la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/14775>
- Martínez, M. y Mondragón, J. (2020). Ética y Bioética en Psicología. En: Bermeo, M. y Pardo, I. *De la ética a la bioética en las Ciencias de la Salud*, 259-276. Cali, Colombia: Editorial Universidad Santiago de Cali. <https://libros.usc.edu.co/index.php/usc/catalog/download/216/218/4006?inline=1>
- Mendieta, E. y Prado, L. (2022). *Nivel de autoestima y las habilidades sociales entre hombres y mujeres de 12 a 17 años de la Unidad de Desarrollo Social dentro del Proyecto Crece Conmigo Semillero en el período octubre 2021-*

febrero 2022. [Tesis de Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador]. Repositorio institucional de la Universidad Politécnica Salesiana, Ecuador. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/22644/4/UPS-CT009796.pdf>

Mendoza, C. (2021). Las habilidades sociales, factor clave para una interacción efectiva. *Revista Polo del Conocimiento*, 2(6), 3-16. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2233>

Morales, G. (2021). *Entre el Ser Adulto y Decirme Adulto: Un Análisis Crítico del Discurso de la Adulter Emergente*. [Tesis de Doctorado, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. Repositorio Benemérita Universidad Autónoma de Puebla <https://repositorioinstitucional.buap.mx/server/api/core/bitstreams/924bc179-75d1-4398-a946-a0c933fb34ea/content>

Morales, M. y Chávez, J. (2019). Satisfacción académica en estudiantes de nivel superior: variables escolares y personales asociadas. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 6(12). <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/198>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Desarrollo de documento técnico para la evaluación y entrenamiento en habilidades sociales*. <https://www.unicef.org/peru/desarrollo-de-documento-tecnico-para-la-evaluacion-y-entrenamiento-en-habilidades-sociales-mna>

Ordoñez, J. (2023). *Factores socioeconómicos y deserción de estudiantes universitarios en la FCJEP - Universidad José Carlos Mariátegui 2022*.

[Tesis de maestría, Universidad José Carlos Mariátegui]. Repositorio institucional Universidad José Carlos Mariátegui. <https://repositorio.ujcm.edu.pe/handle/20.500.12819/1887>

Palomino, J. (2019). *Socialización parental y habilidades sociales en adolescentes de secundaria de dos instituciones educativas privadas de Lima Metropolitana*. [Tesis de Maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio académico de la USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5326/PALOMINO_ZO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2010). *Desarrollo Humano*. México: MacGraw – Hill Companies.

Pazmino, D. (2022). *Validación de la Escala de Habilidades Sociales EHS en estudiantes universitarios*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, Ecuador]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34786/1/PAZMI%20c3%91O%20LASCANO%20DAYSI%20FERNANDA%20%20-Repository.pdf>

Peña, M. y Peña, C. (2022). Aprendizaje situado aplicado a estudiantes del primer año de universidad. *Transdigital*, 3(6), 1–18. <https://doi.org/10.56162/transdigital130>

Quispe, A., Ortega, O. y Navarro, B. (2023). Las habilidades sociales en la vida universitaria. *Revista Investigación en Ciencias de la Educación Horizontes*, 7(29), 1387 – 1398.

<https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/1020/2004>

Real Academia Española. (2024). *Adaptación*. Recuperado el 18 de junio de 2024 de <https://dle.rae.es/adaptaci%C3%B3n>

Real Academia Española. (2023). *Universitario*. Recuperado el 18 de junio de 2024 de <https://dpej.rae.es/lema/universitario>

Restrepo, M., Arce, G. y Simanca, F. (2020). *Adaptación a la vida universitaria*. Universidad Libre. https://www.researchgate.net/publication/361252944_Adaptacion_a_la_vida_universitaria

Rozas, C. (2018). *Influencia del programa "Entrenando mis Habilidades sociales" en la convivencia escolar en estudiantes de sexto grado de primaria*. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio académico de la USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4538/flores_mgs.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Sandoval, E., Serra, E. y García, O. (2020). *Nuevas miradas en psicología del ciclo vital (1era ed.)*. RIL Editores. https://www.researchgate.net/publication/344538682_Convertirse_en_adulto_hoy_la_transicion_interminable

San Miguel, D. (2023). *Dependencia emocional y habilidades sociales en estudiantes en una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de

Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma.
https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/6439/T030_74692913_T%20%20%20SAN%20MIGUEL%20CARHUAS%20DERECK%20ERICK%20LUIS.pdf?sequence=1

Schrader, G. (2021). *Adaptación a la vida universitaria y dimensiones de apego adulto en estudiantes de una universidad privada de Lima*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP.
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/21018/SCHRADER_MINDREAU_GABRIEL_ENRIQUE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Silva, A. (2021). *Sentido de coherencia y adaptación universitaria en becario beca 18 que migra a Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP.
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/19566/SILVA_INFANTE_ALVARO_JOSU%c3%89%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Silvestre, M. y Torres, H. (2019). *Adaptación Universitaria y Estilo de vida en estudiantes del Primer año de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Universidad Peruana Unión.

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2659/Marjorie_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Soares, A., Guisande, A., Diniz, A. y Almeida, L. (2005). Construcción y validación de un modelo multidimensional de ajuste de los jóvenes al contexto universitario. *Psicothema*, 18(2), 248-255.
<https://www.psicothema.com/pdf/3206.pdf>

Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. (2021). *III Informe bienal sobre la realidad universitaria en el Perú*.
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3018068/III%20Informe%20Bienal.pdf?v=1649883911>

Tejada, M. (2020). *Adaptación a la vida universitaria y su relación con los hábitos saludables en estudiantes de primer semestre de una universidad privada de Arequipa*. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional UNSA.
<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/5b945c1b-d0d8-486c-b2af-ce88f05378ab/content>
Torres, L. (2019). Habilidades sociales en los estudiantes universitarios del primer semestre. *Revista de Investigación Educativa Dialéctica*, 2.
<http://portal.amelica.org/ameli/journal/88/88837010/88837010.pdf>

Universidad San Martín de Porres. (2019). *Currículo de la carrera profesional de Ciencias de la Comunicación*.
<https://www.usmp.edu.pe/pdf/TRANSPARENCIA/FACULTAD%20DE%20CIENCIAS%20DE%20LA%20COMUNICACION,%20TURIS>

MO%20Y%20PSICOLOG%C3%8DA/P05-
CARRERA%20DE%20%20CIENCIAS%20DE%20LA%20COMUNICA
CI%C3%93N.pdf

Torres, R. (2022). *Adicción a internet y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de un centro educativo público de Villa El Salvador en tiempos de pandemia, 2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1845/Torres%20Chambilla%2C%20Ruben.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Torres, S., Hidalgo, G. y Suárez, K. (2020). Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación Horizontes*, 4(15), 267 - 276. <https://repositorio.cidecuador.org/bitstream/123456789/188/1/Articulo%20No%208.pdf>

Uriol, D.T, y Mego, B.A. (2021). Factores que inciden en la deserción universitaria. *Revista Tzhoecoen*, 13(2), 56-65. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/1999>

Valverde, L., Álvarez, N. y Bogantes, J. (2022). Elementos, transformaciones y estrategias que intervienen en la adaptación universitaria desde la mirada de estudiantes regulares y de primer de ingreso de la Universidad Nacional. *Revista Ensayos Pedagógicos*, 2(17), 207-229. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/ensayospedagogicos/article/view/16795/27431>

Vásquez, S. y Vásquez, L. (2022). El estudiante universitario: importancia y competencias. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(2), 55-69. <https://educas.com.pe/index.php/paidagogo/article/view/133/395>

Vega, X. (2020). *Acceso al empleo de los graduados de Comunicación Social de la Universidad Central del Ecuador en el periodo 2017-2019 en los énfasis de: Comunicación Organizacional, Educomunicación y Periodismo*. [Tesis de Maestría, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio digital UCE. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/23671/1/UCE-FACSO-VEGA%20XIMENA.pdf>

Ynquillay, P. (2020). *Adaptación a la vida universitaria y estrés académico en alumnos de estudios generales de la Universidad Privada Norbert Wiener de Lima, 2019*. [Tesis de Maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio académico de la USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6829/ynquillay_lp.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

1. INSTRUMENTOS

Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-R)

CÓDIGO: _____

- 1 No tiene ninguna relación conmigo; totalmente en desacuerdo; nunca sucede.
- 2 Tiene poca relación conmigo; bastante en desacuerdo: pocas veces sucede.
- 3 Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo; algunas veces sucede, otras no.
- 4 Muy relacionado conmigo; muy de acuerdo; sucede bastantes veces.
- 5 Siempre relacionado conmigo; totalmente de acuerdo; siempre sucede.

1. Hago amistades con facilidad en mi Universidad.

1 2 3 4 5

2. Creo que puedo desarrollar nuevos aspectos personales (prestigio, estabilidad, solidaridad) por medio de la carrera que elegí.

1 2 3 4 5

3. Aunque fuera posible no me cambiaría de universidad.

1 2 3 4 5

4. Presento cambios en mi estado de ánimo (inestabilidad emocional).

1 2 3 4 5

5. Cuando pienso en mi pasado, consigo identificar las razones que me llevaron a elegir esta carrera.

1 2 3 4 5

6. Habitualmente me encuentro poco acompañado por otros compañeros de la universidad.

1 2 3 4 5

7. Elegí bien la carrera que estoy estudiando

1 2 3 4 5

8. Tengo capacidades y vocación para el área profesional que elegí.

1 2 3 4 5

9. Me siento triste o abatido(a).

1 2 3 4 5

10. Organizo bien mi tiempo.

1 2 3 4 5

11. Últimamente me he sentido confundido(a) y desorientado (a).

1 2 3 4 5

12. Me gusta la universidad en la que estudio.

1 2 3 4 5

13. Hay situaciones en las que siento que pierdo el control.

1 2 3 4 5

14. Me siento comprometido(a) con la carrera que elegí.

1 2 3 4 5

15. Conozco bien los servicios que presta mi universidad.

1 2 3 4 5

16. Me gustaría terminar mis estudios en la universidad en la que me encuentro actualmente.

1 2 3 4 5

17. Últimamente me he sentido pesimista.

1 2 3 4 5

18. Las notas que he obtenido han sido buenas y me han permitido avanzar en la carrera.

1 2 3 4 5

19. Mis compañeros de curso son importantes para mi crecimiento personal.

1 2 3 4 5

20. Cuento con capacidades de aprendizaje para responder a mis expectativas de estudio.

1 2 3 4 5

21. Siento cansancio y somnolencia durante el día.

1 2 3 4 5

22. Creo que la carrera que elegí permite desarrollarme profesionalmente.

1 2 3 4 5

23. Siento confianza en mí mismo.

1 2 3 4 5

24. Siento que tengo un buen grupo de amigos en la universidad.

1 2 3 4 5

25. Me siento a gusto con un alto ritmo de trabajo.

1 2 3 4 5

26. Me he sentido solo(a) durante el último tiempo (meses o semestre).

1 2 3 4 5

27. He establecido buenas relaciones con mis compañeros de curso.

1 2 3 4 5

28. Tengo momentos de angustia

1 2 3 4 5

29. Utilizo la biblioteca de la universidad.

1 2 3 4 5

30. Se me dificulta encontrar un compañero(a) de estudio que me ayude a resolver un problema personal.

1 2 3 4 5

31. Se me dificulta concentrarme en una tarea durante mucho tiempo.

1 2 3 4 5

32. Planifico las actividades que debo realizar diariamente.

1 2 3 4 5

33. Tengo relaciones de amistad cercana con compañeros de universidad de ambos sexos.

1 2 3 4 5

34. Mantengo al día mis deberes académicos.

1 2 3 4 5

35. Mi incapacidad para organizar bien el tiempo hace que tenga bajo desempeño académico.

1 2 3 4 5

36. Se me facilita iniciar una conversación con nuevos compañeros.

1 2 3 4 5

37. Elegí una carrera de acuerdo con mis aptitudes y capacidades.

1 2 3 4 5

38. Se me conoce como una persona amigable y simpática.

1 2 3 4 5

39. Pienso en muchas cosas que me ponen triste.

1 2 3 4 5

40. Procuro compartir con mis compañeros de curso fuera de los horarios de clase.

1 2 3 4 5

41. Sé establecer prioridades con respecto a las actividades en las que invierto mi tiempo.

1 2 3 4 5

42. Tomo la iniciativa para invitar a mis amigos a salir.

1 2 3 4 5

43. Mis relaciones de amistad son cada vez más estables, duraderas e independientes.

1 2 3 4 5

44. Logro tomar buenos apuntes en las clases.

1 2 3 4 5

45. Me siento físicamente débil.

1 2 3 4 5

46. Mi universidad no me genera interés.

1 2 3 4 5

47. Siento que voy a lograr ser eficaz en la preparación de mis exámenes.

1 2 3 4 5

48. La biblioteca de la universidad se encuentra bien dotada (cantidad y variedad de bibliografía).

1 2 3 4 5

49. Procuero organizar la información obtenida en las clases.

1 2 3 4 5

50. Me gusta el sector donde está ubicada mi universidad.

1 2 3 4 5

51. Me siento decepcionado(a) de mi carrera.

1 2 3 4 5

52. Tengo dificultad para tomar decisiones.

1 2 3 4 5

53. Tengo buenas capacidades para el estudio.

1 2 3 4 5

54. Mis gustos personales fueron decisivos para elegir mi carrera.

1 2 3 4 5

55. Me he sentido ansioso(a).

1 2 3 4 5

56. Estoy estudiando una carrera diferente a la que siempre quise.

1 2 3 4 5

57. Soy puntual para llegar al inicio de las clases.

1 2 3 4 5

58. Mi universidad posee buena infraestructura.

1 2 3 4 5

59. Se me dificulta establecer relaciones cercanas con mis compañeros de curso.

1 2 3 4 5

60. Aunque fuera posible no me cambiaría de carrera.

1 2 3 4

Escala de Habilidades Sociales EHS

CÓDIGO: _____

- A** No tiene ninguna relación conmigo; totalmente en desacuerdo; nunca sucede.
- B** Tiene poca relación conmigo; bastante en desacuerdo; pocas veces sucede.
- C** Algunas veces de acuerdo y otras en desacuerdo; algunas veces sucede, otras no.
- D** Muy relacionado conmigo; muy de acuerdo; sucede bastantes veces.

1	A veces evito hacer preguntas por miedo a parecer estúpido	A	B	C	D
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc	A	B	C	D
3	Si al llegar casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo	A	B	C	D
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que yo, me callo	A	B	C	D
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle "No"	A	B	C	D
6	A veces me resulta difícil pedir algo que presté.	A	B	C	D
7	Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que me la hagan de nuevo	A	B	C	D
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto	A	B	C	D
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago, no sé qué decir	A	B	C	D
10	Tiendo a guardar mis opiniones para mí mismo	A	B	C	D
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer decir alguna tontería	A	B	C	D
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me cuesta pedirle que se calle.	A	B	C	D
13	Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy en muy en desacuerdo, prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso	A	B	C	D
14	Cuando tengo mucha prisa me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla	A	B	C	D
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme	A	B	C	D
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal el vuelto, regreso allí a pedirle cambio correcto	A	B	C	D
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta	A	B	C	D
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, toma la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella	A	B	C	D
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A	B	C	D

20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas a tener que pasar por entrevistas personales	A	B	C	D
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo	A	B	C	D
22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado	A	B	C	D
23	Nunca sé como "cortar" a un amigo que habla mucho	A	B	C	D
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A	B	C	D
25	Si un amigo al que le he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo	A	B	C	D
26	Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor	A	B	C	D
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A	B	C	D
28	Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A	B	C	D
29	Me cuesta expresar mi opinión en grupos (en clase, en reuniones, etc.)	A	B	C	D
30	Cuando alguien se me "cuela" en una fila, hago como si no me diera cuenta	A	B	C	D
31	Me cuesta mucho expresar agresividad o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A	B	C	D
32	Muchas veces prefiero ceder, callarme o "quitarme de en medio" para evitar problemas con otras personas	A	B	C	D
33	Hay veces que no sé negarme a salir con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces	A	B	C	D

2. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

<i>Título del estudio</i> :	ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE PERIODISMO Y COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL, LIMA 2023
<i>Investigador (a)</i> :	Silvia Natalia Muñoz Valenzuela
<i>Institución</i> :	Universidad Jaime Bausate y Meza

Propósito del estudio:

Lo estamos invitando a participar en un estudio para ver la relación entre adaptación universitaria y las habilidades sociales en un grupo de universitarios. Esta es una investigación desarrollada por una estudiante de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

La adaptación universitaria es la transición que se va dando en la vida del estudiante para habituarse a su universidad, las reglas de ésta y las interacciones que se requieren. Por otro lado, las habilidades sociales son un conjunto de variadas respuestas, tanto verbales como no verbales, que se ponen en práctica de acuerdo a situaciones específicas, mediante las cuales la persona expresa, dentro de un contexto interpersonal, sus sentimientos, necesidades, preferencias, ideas, derechos, etc., sin problemas, sin ansiedad y de manera no aversiva, respetando a los demás. Por ello, es importante que ambos conceptos se estudien para hallar su relación y proponer estrategias para optimizar ambas variables.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. Se le hará entrega de 2 pruebas psicológicas:
 - Escala de Habilidades Sociales EHS, la cual indicará su nivel de habilidades sociales y deberá responder en aproximadamente 20 minutos, teniendo en consideración las indicaciones brindadas por la investigadora y señaladas en la escala.
 - Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA - R), el cual mide su nivel de adaptación académica y deberá desarrollaren un tiempo aproximado de 20 minutos, de acuerdo a las indicaciones de la investigadora y señaladas en el cuestionario.

Riesgos:

La participación en este estudio no implica ningún riesgo, debido a que únicamente será necesario que usted responda las pruebas escritas proporcionadas.

Existe la posibilidad de que alguna de las preguntas pueda generarle alguna incomodidad, usted es libre de contestarlas o no.

Beneficios:

Se le hará entrega de un tríptico con información referida a las variables abordadas en esta investigación, con el fin de psicoeducar a los participantes del estudio.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

Título del estudio :	ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE PERIODISMO Y COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL, LIMA 2023
Investigador (a) :	Silvia Natalia Muñoz Valenzuela
Institución :	Universidad Jaime Bausate y Meza

Costos y compensación

No deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres, solo los investigadores tendrán acceso a la base de datos. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio.

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda, por favor pregunte al personal que aplica las pruebas o llame a Silvia Natalia Muñoz Valenzuela, al teléfono [REDACTED].

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: orvei.ciei@oficinas-upch.pe

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación UPCH: <https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

(Adultos)

Título del estudio : ADAPTACIÓN UNIVERSITARIA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE PERIODISMO Y COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL, LIMA 2023

Investigador (a) : Silvia Natalia Muñoz Valenzuela

Institución : Universidad Jaime Bausate y Meza

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos (Participante)

Firma

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos (Investigador)

Firma

Fecha y Hora