

## Habilidades sociales y convivencia escolar

### Social Skills and School Coexistence

Zonia E. Santos-Muñoz

Comunidad de Estudios Andinos Chaupi Atoq, Perú

E-mail: [zonielisa1971@gmail.com](mailto:zonielisa1971@gmail.com)

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0003-4539-9791>

Recibido: 08/01/2023, Aceptado: 25/06/2023, Publicado: 03/07/2023

#### Resumen

Considerando que las habilidades sociales han sido manejadas de manera deficiente en los estudiantes debido a diversos factores como es el caso de hogares disfuncionales, falta de economía que obliga muchas veces a los padres dejar a sus menores hijos al cuidado de familiares o personas ajenas a la familia, a quienes no se les interesa la formación de habilidades sociales de los niños. Otro factor relevante son los medios de comunicación que mayormente transmiten programaciones con acentuados índices de violencia, generando estereotipos que influyen en los comportamientos. Estas situaciones no solamente se circunscriben en el espacio hogareño, sino que se reflejan en la institución educativa, donde la interacción con los demás niños genera conflictos de socialización, provocando una convivencia escolar preocupante, donde los actores educativos enfrentan situaciones conflictivas que resquebrajan el normal ambiente que debe ser tolerante y libre de violencia. De acuerdo con lo expuesto, nos permite destacar la importancia de la presente investigación de tratar de determinar la relación que existe entre habilidades sociales y convivencia escolar en estudiantes de educación básica.

**Palabras clave:** educación inclusiva, desarrollo de la personalidad, relaciones entre pares. (fuente: Tesoro Unesco).

#### Abstract

Considering that social skills have been poorly managed in students due to various factors such as dysfunctional homes, lack of economy that often forces parents to leave their minor children in the care of relatives or people outside the family family, who are not interested in the formation of children's social skills. Another relevant factor is the media, which mostly broadcast programming with high rates of violence, generating stereotypes that influence behavior. These situations are not only confined to the home space, but are reflected in the educational institution, where interaction with other children generates socialization conflicts, causing a worrying school coexistence, where educational actors face conflicting situations that break the normal environment. that it must be tolerant and free of violence. In accordance with the above, it allows us to highlight the importance of this research to try to determine the relationship between social skills and school coexistence in basic education students.

**Keywords:** inclusive education, personality development, peer relationships. (source: Unesco Thesaurus).



## Introducción

En la actualidad, la salud mental se ha convertido en una de las temáticas de mayor interés para la comunidad académica. Un acontecimiento decisivo para configurar esto ha sido la pandemia por coronavirus. Resulta sumamente interesante conocer las percepciones de los estudiantes que, por primera vez en sus vidas, han sido parte de actividades escolares de forma virtual por obvias razones. En ese sentido, estos estudiantes también han articulado respuestas individuales y grupales frente a la pérdida de familiares, amigos y vecinos. Debe ser una oportunidad para poner a prueba sus habilidades sociales y su asertividad o recursos frente a la ansiedad, en particular la ansiedad escolar. Es posible que algunas de estas actitudes se deban al aprendizaje social, pero también se aprende en la escuela.

Esta investigación partió de una problemática donde el 6.5% de la población infantil y juvenil mundial sufre de trastorno de ansiedad, mientras que en América Latina uno de cada tres estudiantes ha sufrido acoso escolar (bullying). En el Perú el 18% de niños y jóvenes ha registrado recibir asistencia especializada debido a la ansiedad escolar. En ese sentido, el objetivo general fue determinar la relación entre habilidades sociales y ansiedad escolar en los estudiantes del primer grado de secundaria en una institución educativa de Jauja. A su vez, se planteó como hipótesis que existe una relación estadísticamente significativa entre las variables estudiadas. Tanto el objetivo como la hipótesis responden a un interés compartido con la comunidad académica como lo muestran los estudios previos internacionales y nacionales. En el primer grupo de antecedentes, se reseñó lo hallado por Caballo y Salazar (2018), Betancourth et al. (2017), González et al. (2018), Proaño (2016) y Wagner et al. (2014). Para el segundo grupo, se analizó lo investigado por Barroso (2019), González (2018), Castro (2018), Ikemiyashiro (2017) y Sánchez (2016).

## Marco Teórico

### Antecedentes de Habilidades Sociales y Convivencia Escolar

Caballo y Salazar (2018) se propusieron llevar a cabo una investigación con el objetivo de analizar la relación de la autoestima con la ansiedad y habilidades sociales. La metodología fue cuantitativa, y los instrumentos aplicados fueron el cuestionario Janis-Field de sentimientos de inadecuación-Revisada, cuestio-

nario Rosenberg de autoestima (RSES), cuestionario de habilidades sociales CHASO-III y ansiedad social (CASO); la muestra estuvo conformado por 826 estudiantes. Los resultados evidenciaron que la autoestima se relaciona de forma moderada con la ansiedad y la HS, las personas con alta ansiedad tienen una autoestima baja que aquellos con baja ansiedad. Además, existen diferencias en cuanto al sexo y la autoestima, es decir los hombres tuvieron menor autoestima en comparación a las mujeres.

Betancourth et al. (2017) realizaron una investigación que tuvo como objetivo describir las habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en estudiantes de grado décimo, de un colegio ubicado en el sur occidente colombiano. Se trató de un estudio cuantitativo de tipo descriptivo de corte transversal. Se aplicó un instrumento denominado cuestionario de escala de habilidades sociales relacionadas de Álvaro y Narváez a una muestra de 82 estudiantes de grado décimo. Los resultados presentaron a hombres y mujeres con habilidades sociales por encima de la media, no obstante, se evidenció una diferencia significativa de nivel alto entre las mujeres y la dimensión repertorios de comportamiento.

Gonzales (2018) desarrolló una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre las habilidades sociales y ansiedad en estudiantes del nivel secundaria de la Corporación Educativa Guadalupe de Mala, 2018. Su metodología fue cuantitativa de corte transversal. Los instrumentos aplicados fueron dos cuestionarios, el primero fue de habilidades sociales de Goldstein y el segundo un test de escala de evaluación de la ansiedad de W. Zung; la muestra estuvo conformada por 187 estudiantes. Los resultados demostraron que existe una relación negativa débil entre ambas variables ( $r = -0,222$  y  $p < 0,05$ ), además hubo una relación significativa entre habilidades sociales avanzadas y ansiedad ( $r = -0,276$  y  $p < 0,05$ ) y una relación negativa muy débil entre habilidades alternativas y agresión y ansiedad ( $r = -0,231$  y  $p < 0,05$ ). Castro (2018) en su tesis sobre Ansiedad y habilidades sociales en escolares de instituciones educativas nacionales de la UGEL 05, distrito de San Juan de Lurigancho, Lima Metropolitana 2016 tuvo como objetivo determinar los niveles de ansiedad y habilidades sociales que presentan los escolares de cuatro instituciones educativas nacionales de la UGEL 05, distrito de San Juan de Lurigancho en Lima, 2016. El estudio fue cuantitativo, alcance descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 345 estudiantes de los cuales se les aplicó el cuestionario State-trait anxiety inventory y una lista de chequeo de habilida-

des sociales de Goldstein. Los resultados demostraron una relación alta negativa y alta significativa entre ansiedad estado- rasgo y habilidades sociales. Así mismo, no se encontraron diferencias entre la ansiedad, sexo e instituciones educativas, se encontró diferencias significativas según el año escolar, diferencias significativas entre el año escolar y tipos de familia y una relación inversa entre la ansiedad estado- rasgo.

Ikemiyashiro (2017) en su tesis sobre Uso de las redes sociales virtuales y habilidades sociales en adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana tuvo como objetivo describir la relación entre el uso excesivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en un grupo de adolescentes y jóvenes adultos de Lima Metropolitana. El estudio fue cuantitativo y su alcance fue descriptivo correlacional. Los instrumentos aplicados fueron un test de adicción a las redes sociales de Ecurra y Salas y una escala de habilidades sociales de Gismero; la muestra estuvo conformada por 322 participantes. Los resultados mostraron una relación inversa y negativa entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales.

### Habilidades Sociales

Según Monjas y González (1998), las habilidades sociales son el conjunto de competencias conductuales que hacen posible que el niño entable relaciones sociales positivas con sus pares y que pueda afrontar eficazmente las demandas provenientes de su entorno social. Todo esto contribuirá significativamente a que logre la aceptación de sus compañeros y la necesaria adaptación social. Sus dimensiones son:

- Habilidades básicas de interacción social.
- Habilidades para hacer amigos y amigas.
- Habilidades conversacionales
- Habilidades relacionadas con las emociones, sentimientos y opiniones.

El desarrollo de las habilidades sociales ayuda al adolescente en su desarrollo personal, con el fin de evitar problemas personales y sociales futuros, es decir, que a través de estas habilidades las personas evitan estar inmersos en problemas como delincuencia, abandono escolar, entre otros. (Monjas, 1993). Así mismo, Roca (2014) menciona que estas son importantes en nuestra vida, ya que contribuyen en la generación de relaciones interpersonales adecuadas para evitar la ocurrencia de malestares emocionales o alteraciones psicológicas como el estrés, depresión, ansiedad; y también, porque contribuyen en incrementar la calidad de vida de las personas al poder lograr con ellas los objetivos planificados. El Ministerio de Salud (Minsa), citado por Calcina et al. (2020),

considera que mediante un estudio puede medirse el nivel de ocurrencia o desarrollo de las mismas para jerarquizarlas a través de la siguiente escala: a) promedio: en la que se necesita consolidar e incrementar las habilidades sociales, b) promedio alto: tenencia adecuada de habilidades sociales, c) alto y muy alto: competente en habilidades sociales, d) promedio bajo: habilidades sociales muy básicas y e) bajo: déficit de habilidades sociales, esto genera situaciones de riesgo.

### las habilidades sociales se caracterizan por contener las siguientes dimensiones:

1) Habilidades básicas de interacción social: esta dimensión es de gran importancia ya que el éxito personal y social está más relacionado con la sociabilidad y las habilidades interpersonales del sujeto (Monjas, 1993). También, son consideradas como las “primeras habilidades sociales adquiridas” y son aquellas destrezas que permiten al adolescente desenvolverse en la sociedad, estas juegan un papel fundamental en el desarrollo personal, ya que, mediante ellas el individuo puede interactuar con los otros de manera eficaz (Brito et al., 2014). Según Monjas, citado por De Miguel (2014) esta dimensión se aprende “a través de la experiencia, mediante la observación, el aprendizaje verbal o instruccional y aprendizaje por feedback interpersonal”, para ello se requiere contar con una figura de referencia con el que exista un vínculo de apego seguro y con ello de aprendizaje. En cuanto a los adolescentes, el autor menciona que si el sujeto ha desarrollado una correcta relación con los adultos que le rodean, esto le permitirá interactuar con sus compañeros de forma adecuada.

Por otro lado, Cacheiro et al. (2014) señala que estas habilidades implican: a) saber escuchar y comprender lo mencionado por otras personas en una conversación, b) poder iniciar una conversación en cualquier momento, c) identificar dentro de la conversación las intenciones de los demás y relacionarlos con las propias, d) solicitar información necesaria para la elaboración de alguna tarea o acción, e) expresar agradecimiento por los favores recibidos, f) tener predisposición e iniciativa para conocer nuevas personas y entablar conversaciones, g) fomentar y mantener vínculos de amistad con los demás y h) expresar las cosas que nos gustan y nuestras preferencias en la conversación. Por último, las personas se encuentran constantemente en interacción con los demás en diferentes ámbitos, por ello, las habilidades básicas de interacción social son una pieza fundamental en el desarrollo del individuo puesto que le permite una buena comunicación y a un actuar competente, con lo cual se puede lograr un me-

por desenvolvimiento social y bienestar personal (Brito et al., 2014).

2) Habilidades para hacer amigos y amigas: hace referencia al conjunto de actitudes que le permiten al adolescente participar en actividades con sus compañeros. Gil (2014) indica que estas habilidades incluyen las siguientes acciones: a) capacidad de hacer elogios y cumplidos a otras personas, b) capacidad de iniciar interacciones de juegos, conversaciones o actividades con los demás compañeros, c) capacidad de unirse al juego o actividades que realicen los adolescentes dentro de un grupo, d) capacidad de responder de forma asertiva e incluir a demás compañeros en los juegos o actividades que realiza, e) capacidad de pedir y prestar ayuda a los compañeros que lo necesite y f) cooperar y compartir con los compañeros.

Así mismo, Hernao et al. (2010) coincide en mencionar que esta dimensión involucra las siguientes conductas: a) poder iniciar actividades de juego involucrando a sus compañeros, b) ayudar, en la medida que le sea posible, a sus compañeros dentro de las actividades de juego que realicen, c) poder unirse sin problemas a los juegos que realicen sus compañeros y d) cooperar y compartir con sus compañeros. Finalmente, un estudio realizado por Isaza et al. (2017) señala que existe una correlación entre el estilo de interacción de la familia con esta dimensión de las habilidades sociales, en ella indica que si en el hogar se manifiestan conductas autoritarias y violentas por parte de los padres a los hijos, será menor el desarrollo de comportamientos de socialización en los hijos adolescentes, lo cual no permitirá que se relacionen adecuadamente con sus compañeros en diversos trabajos y que por el contrario genere una actitud de aislamiento hacia los demás.

3) Habilidades conversacionales: hacen referencia a la “capacidad de iniciar y mantener conversaciones fluidas con sus compañeros, permitiéndole al adolescente entablar relaciones efectivas con el fin de conocer a los demás y fortalecer en él, las competencias del ámbito social” (Cabanillas et al., 2014). Para los adolescentes entablar conversaciones, muchas veces suele ser difícil ya que no poseen las actitudes necesarias para ello o carecen de ser reforzadas, es por eso que, Henao et al. (2010) menciona que esta dimensión contiene los siguientes indicadores que deben ser fortalecidas desde la familia y en la entidad educativa para una buena comunicación entre estudiantes adolescentes: a) capacidad de iniciativa de conversaciones, b) capacidad de mantener una conversación de manera fluida y adecuada, c) capacidad de terminar conversaciones de manera cordial, d) capacidad de adherirse fácilmente a conversaciones de otros sin ocasionar problemas y e)

capacidad de unirse a conversaciones en grupo.

Por otro lado, Isaza (2017) indica que esta dimensión es fortalecida desde casa cuando en la familia se presentan estrategias y prácticas equilibradas (de respeto a las normas y apertura permanente al diálogo entre padres e hijos), el autor concluye en mencionar que en las familias autoritarias se generan poco los canales de comunicación, lo cual, influye negativamente en los hijos puesto que carecen de habilidades comunicativas al encontrarse en un hogar donde le es poca la posibilidad de expresarse libremente, generando consecuencias en la personalidad del adolescente al sentirse temeroso y desconfiado en manifestar sus ideas. Por último, Calsina et al. (2016) señalaron que esta dimensión es importante puesto que fomenta las competencias comunicativas con las cuales se pueden establecer relaciones interpersonales efectivas. En este sentido, los colegios deben trabajar en el fomentando del trabajo colaborativo como una estrategia de fortalecimiento a las habilidades conversacionales.

4) Habilidades relacionadas con las emociones, sentimientos y opiniones: según De Miguel (2014), esta dimensión abarca incluye “habilidades relacionadas a expresar y recibir emociones, de defender sus derechos y opiniones de forma asertiva, respetando los derechos de los demás”. La autora propone los siguientes indicadores: a) expresa autoafirmaciones positivas, es decir, manifiesta las características positivas que siente poseer como persona y reduce hasta eliminar los conceptos negativos que pueda tener de sí mismo, b) expresar emociones, lo cual implica poder manifestar a los demás cómo nos sentimos, y qué provocan en nosotros el trato de los demás, c) recibir emociones, es decir, que mantengamos un buen trato con los demás a la hora de que expresen sus emociones o sentimientos, d) defender los propios derechos, esto implica que podamos comunicar asertivamente a los otros que nuestros derechos no se están respetando, y e) defender nuestras opiniones, lo cual implica que manifestemos sin temor, pero de manera respetuosa, nuestros puntos de vista o ideas.

Según el estudio de Hernao et al. (2012) esta dimensión se ve afectada en el ámbito familiar si en ella existe un trato autoritario de padres a hijos, lo cual impide el desarrollo de capacidades de expresión asertiva de sentimientos, emociones, opiniones, respeto de derechos, también impide el poseer conductas que permitan solucionar conflictos; por el contrario, si en el hogar existe un ambiente donde prima un estilo equilibrado, se desarrollarán las habilidades necesarias para responden, expresar y opinar adecuadamente a los otros. Una familia con estilo equilibrado hace referencia a un hogar que se caracteriza por que los padres de fami-

lia manifiestan afecto a sus hijos y preocupación a sus necesidades, sin dejar de lado, la importancia y la generación de estrategias para que los hijos cumplan con las normas de convivencia (Isaza, 2017). Finalmente, esta dimensión debe ser fortalecida en el colegio mediante la implementación de enfoques transversales que tienen que ver con el bien común y el respeto a los derechos de los demás, estrategias como los trabajos colaborativos, permitirá a los estudiantes expresar sus ideas, opiniones, emociones y sentimiento.

5) Habilidades de solución de problemas interpersonales: Según Monjas (1998), la finalidad de desarrollo de esta dimensión es que las personas aprendan a solucionar por sí mismas de forma constructiva y positiva problemas interpersonales de su entorno producto de su edad. También, hacen referencia a las conductas idóneas que deben tener los adolescentes para la resolución de conflictos sociales, en este aspecto, Hernao et al. (2012) indica que esto no se desarrolla en hogares donde prima un estilo equilibrado, puesto que carece de situaciones de situaciones de conflicto donde se puedan desarrollar actitudes de enfrentamiento a problemas sociales. Así mismo, Isaza (2017) manifiesta que esta dimensión contiene los siguientes indicadores: a) capacidad de identificar problemas con los demás (interpersonal), b) capacidad de búsqueda de soluciones a dichos problemas, c) capacidad de hacer una elección adecuada de solución del problema y d) capacidad de ejecutar la solución elegida para terminar con el problema interpersonal.

6) Habilidades para relacionarse con los adultos: según De Miguel (2014) esta dimensión incluye “comportamientos pertinentes que facilitan una relación adecuada entre niños y adolescentes con el adulto”. Para el autor en mención estas habilidades se encuentran muy relacionadas con las habilidades básicas de interacción social y se componen de los siguientes indicadores: a) “cortesía con el adulto, conductas de interacción que reflejan cortesía, gusto y amabilidad de relación con los adultos, b) refuerzo del adulto, son aquellas acciones realizadas por los niños o adolescentes que agraden al adulto, c) conversar con el adulto, implica que los niños y adolescentes inicien, mantengan y terminen conversaciones con el adulto teniendo en cuenta el respeto y la cordialidad, d) peticiones al/ del adulto, conductos asertivos con los adultos, aquí se realizan peticiones de ambas partes manteniendo el respeto en todo momento y e) solucionar problemas con el adulto, lo cual implica una serie de conductas con las cuales se pueden resolver conflictos que surjan con los adultos de manera adecuada.

En este aspecto, Isaza (2017) indica que estas habilidades suelen desarrollarse en hogares equilibrados donde la comunicación es constante entre los miembros de la familia, mientras que en hogares donde los padres de familia se caracterizan por ser autoritarios, estas habilidades no son tan desarrolladas puesto que la imposición arbitraria de acciones por parte de los adultos generan dificultades para una buena comunicación, los niños y adolescentes se vuelven sumisos sin posibilidad de tener confianza para expresar su sentir o dar su punto de vista sobre alguna situación. Finalmente, es posible percatarse que el aprendizaje de todas las dimensiones de las habilidades sociales está relacionadas con el entorno del niño o adolescente, puesto que en ella se presentan situaciones que deben ser enfrentadas bajo conductas asertivas que se van desarrollando a través de la experiencia y en compañía de los adultos (De Miguel, 2014).

### La Ansiedad

Siguiendo a García et al (2011), la ansiedad escolar se define como un grupo de reacciones cognitivas, motoras y psicofisiológicas que una persona presenta en circunstancias escolares que son consideradas por él como amenazantes, ambiguas y/o peligrosas para ella. Sus dimensiones fueron:

- Ansiedad ante la evaluación social
- Ansiedad ante la evaluación escolar
- Ansiedad ante el fracaso
- Ansiedad ante la agresión

La ansiedad es considerada como un trastorno mental que surge por situaciones de cambio social, ambiental o de seguridad (Zúñiga, 2014). También este trastorno se encuentra relacionado con los problemas emocionales y de comportamiento que pueden surgir por el inicio del año escolar, el cambio de domicilio o la pérdida de algún familiar querido (Minsa, 2012). Esta situación se evidencia más en la etapa de la adolescencia la cual se caracteriza por constantes e intensos cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales que influyen en la presencia constante de la ansiedad (Días et al. 2017). Los adolescentes, suelen pasar muchas horas del día dentro de las entidades educativas, siendo este escenario para que diversos factores puedan aportar en la mayor ocurrencia o elevación del grado de la ansiedad de los estudiantes.

La ansiedad se caracteriza por ser un “estado de mayor alerta y activación biológica, psicológica y social a situaciones de peligro” (Zúñiga, 2014). La falta de tratamiento a este problema puede repercutir en el desarrollo de las habilidades sociales, ya que los estudiantes



adolescentes producto de la ansiedad carecen de efectuar relaciones interpersonales con sus compañeros, tienen inestabilidad emocional, baja autoestima y se consideran menos capaces académicamente lo cual repercute en su rendimiento escolar (García et al., 2016b). Por tal motivo, es que surgen estudios relacionados a la ansiedad dentro de las instituciones educativas como los de Kearney et al., citado por Fernández et al. (2017), que por primera vez define el tema de ansiedad escolar como “un conjunto de síntomas físicos y cognitivos de carácter desagradable que se manifiestan en respuesta a factores escolares estresantes, generales o concretos”.

Por otro lado, García-Fernández et al, citado por Lagos et al. (2018) indica que la ansiedad escolar es un “conjunto de síntomas que pueden evidenciarse de manera cognitiva, psicológica y motora ante situaciones escolares consideradas como amenazantes o peligrosas”. Situaciones como llamadas de atención al no cumplir de manera eficiente con las labores académicas, evaluaciones permanentes a través de exámenes en los cursos o el acoso escolar, entre otros influyen en la aparición de la ansiedad escolar (García et al., 2016b). Estas situaciones descritas generan estrés excesivo en los estudiantes, lo cual no permite su adecuada adaptación al ámbito educativo provocando ansiedad, que puede agravarse y convertirse en un estado permanente que traiga como consecuencias conductas negativas y la incursión a la adquisición de sustancias como el alcohol, tabaco o drogas (Díaz et al., 2017). Así mismo, la presencia de exámenes para el ingreso a una escuela, la alta competitividad académica o un elevado nivel de autoexigencia académica para lograr el reconocimiento suelen generar presión en el adolescente que al no poder con ello se sumerge en la frustración, provocando un mayor grado de ansiedad (Gaeta et al., 2014)

El Perú no es ajeno a esta situación, los estudiantes peruanos en diversos niveles educativos padecen de ansiedad producto del estrés en la labor academia, en este sentido, Frisancho, citado por García et al. (2016a) señala en su estudio la correlación significativa que existe entre la ansiedad y los exámenes, investigación en la que concluye que los estudiantes suelen tener más ansiedad mientras más fracaso académico poseen. El estudiante al encontrarse con este escenario, en la que las exigencias escolares son mayores a sus propios medios para cumplirlo, finalmente opta por el rechazo, la desmotivación, el interés y la deserción de la escuela por una frustración que surge al no poder mantener el ritmo de aprendizaje de sus compañeros (Lagos et al., 2018). En este sentido, las escuelas pueden pro-

vocar situaciones de ansiedad que muchas veces no son atendidas, esto se debe por el estrés académico y la presión en el logro de los aprendizajes, esto terminaría afectando sus procesos cognitivos como “la atención, la memoria, la concentración, las relaciones interpersonales, las habilidades sociales y, finalmente, el funcionamiento académico” (Gaeta, 2014).

La ansiedad se caracteriza por ser un “estado de mayor alerta y activación biológica, psicológica y social a situaciones de peligro” (Zúñiga, 2014). La falta de tratamiento a este problema puede repercutir en el desarrollo de las habilidades sociales, ya que los estudiantes adolescentes producto de la ansiedad carecen de efectuar relaciones interpersonales con sus compañeros, tienen inestabilidad emocional, baja autoestima y se consideran menos capaces académicamente lo cual repercute en su rendimiento escolar (García et al., 2016b). Por tal motivo, es que surgen estudios relacionados a la ansiedad dentro de las instituciones educativas como los de Kearney et al., citado por Fernández et al. (2017), que por primera vez define el tema de ansiedad escolar como “un conjunto de síntomas físicos y cognitivos de carácter desagradable que se manifiestan en respuesta a factores escolares estresantes, generales o concretos”.

#### **la construcción de la ansiedad escolar se origina bajo las siguientes dimensiones:**

1) Ansiedad ante la evaluación social, hace referencia al cómo valoran y califican a un estudiante sus compañeros (Cruz et al., 2012), esto genera los más altos niveles de ansiedad (Cecilio, 2014). Festinger, citado por Cruz et al. (2013) hace referencia a que las personas se evalúan socialmente comparando sus habilidades y desempeños con los demás, señala que esto se encuentra dentro de la “teoría de la comparación social”, este proceso puede considerarse perjudicial porque los adolescentes suelen compararse física e intelectualmente y buscar supuestos defectos propios que lo pongan por debajo de los demás generando su baja autoestima y un autoconcepto inequívoco. Por último, esta evaluación de desempeño escolar ante la mirada de los demás, crea aislamiento, sensación de rechazo o exclusión y temor a la socialización, e inclusión voluntaria a diversas actividades con los demás compañeros (Birenbaum et al., citado por Cecilio et al., 2014)

2) Ansiedad ante la evaluación escolar, esta dimensión se relaciona con “la tendencia a responder con ansiedad ante evaluaciones aptitudinales y de conocimiento con las cuales se mide el rendimiento académico

de los estudiantes” (López et al., 2017). En este escenario, los adolescentes suelen presentar altos niveles de ansiedad, producto del estrés, repercutiendo negativamente en su desempeño, distrayendo su atención en responder la evaluación ya que, en ese momento, la habilidad para responder de forma clara disminuye (Alegre, 2013). Generalmente, la evaluación escolar hace referencia a los exámenes y las tareas, puntualmente es en ese contexto donde la ansiedad se eleva radicalmente en algunos estudiantes puesto que surge el miedo de no contestar bien el examen o no entregar como se indicó la tarea, lo que trae consigo es tener un bajo rendimiento escolar, una autovaloración negativa de las aptitudes propias y una baja autoestima (López et al., 2017). Finalmente, Arce (2014) señala que es muy fácil que se presenten situaciones de ansiedad por el rendimiento académico, específicamente por los exámenes y las calificaciones, sobre todo en aquellos estudiantes que no se han preparado para la evaluación ya que se encontrarán preocupados por la nota obtenida.

3) Ansiedad ante el fracaso, esta dimensión es producto principalmente del bajo rendimiento escolar, que repercute en los adolescentes al surgimiento de una sensación de frustración por no lograr los objetivos deseados, esto trae como consecuencias trastornos afectivos, ausentismo en clase, reprobación de los cursos, repitencia del grado, bajas calificaciones y deserción escolar (Pedroza, 2007). Los adolescentes pueden atribuir el fracaso a diversos factores los cuales influyen a tener diferentes grados de ansiedad, por ejemplo, el fracaso escolar suele ser atribuidos a factores externos como la suerte, esta situación provoca poca ansiedad, haciendo que los estudiantes no tomen en cuenta acciones para su mejora; sin embargo, cuando atribuyen el fracaso a la falta de capacidad intelectual, que sería una causa interna, la ansiedad suele ser mayor ya que el estudiante siente la necesidad de revertirlo y poner esfuerzos mayores para mejorarlo, provocando estrés que terminan influyendo en el grado de ansiedad (García, 2016a).

Pedroza (2007) señala que el fracaso escolar está asociado con la ansiedad puesto que la persona al sentir que no logra lo planificado, se frustra, se siente limitado, surgiendo en él un sentimiento de culpabilidad y duda a sus capacidades propias, por ello, se exige más. Por otro lado, García-Fernández et al, citado por Lagos et al. (2018) indica que la ansiedad escolar es un “conjunto de síntomas que pueden evidenciarse de manera cognitiva, psicológica y motora ante situaciones escolares consideradas como amenazantes o peligrosas”. Situaciones como llamadas de atención al no cumplir de manera eficiente con las labores académicas, eva-

luaciones permanentes a través de exámenes en los cursos o el acoso escolar, entre otros influyen en la aparición de la ansiedad escolar (García et al., 2016b). Estas situaciones descritas generan estrés excesivo en los estudiantes, lo cual no permite su adecuada adaptación al ámbito educativo provocando ansiedad, que puede agravarse y convertirse en un estado permanente que traiga como consecuencias conductas negativas y la incursión a la adquisición de sustancias como el alcohol, tabaco o drogas (Díaz et al., 2017). Así mismo, la presencia de exámenes para el ingreso a una escuela, la alta competitividad académica o un elevado nivel de autoexigencia académica para lograr el reconocimiento suelen generar presión en el adolescente que al no poder con ello se sumerge en la frustración, provocando un mayor grado de ansiedad (Gaeta et al., 2014) de lo necesario para alcanzar el nivel ideal de rendimiento que encuentra en sus compañeros. En este sentido, los adolescentes con alta atribución causal de fracaso relacionado a la falta de capacidad o a la presión por las exigencias que la familia o el entorno social realizan para que tenga un mayor desempeño, repercuten en la desadaptación en el aprendizaje escolar provocando una inestabilidad y falta de control de emociones que terminan aumentando la ansiedad en el estudiante y disminuyendo sus capacidades escolares a través de ideas pesimistas de sí mismo (García et al., 2016). Por último, Arce (2014) afirma que la presión social el cual afronta el estudiante repercute negativamente en su éxito académico, si este no posee la capacidad de manejo o control personal, interfiriendo en gran parte de su futuro académico y desarrollo personal.

4) Ansiedad ante la agresión, la agresión es entendida como una conducta voluntaria y planificada que realiza una persona con el fin de dañar a otra o a sí misma, este daño puede realizarse principalmente de forma física, aunque también puede ser verbal o psicológica (Swann, citado por Contini et al., 2015). Esto guarda relación con la ansiedad, puesto que surge como una reacción de anticipación a una situación de amenaza o peligro (Chorot et al., citado por Ortega, (2003). Lo cual genera que la habilidad de interacción social disminuya, porque la presencia cercana de agresión provoca retraimiento del adolescente (Contini et al., 2015). Por su parte, Maestre et al, citado por Cohen et al. (2012) indica que este retraimiento o aislamiento como consecuencia de la ansiedad producto de la agresión, puede terminar en sentimiento de depresión y conductas de fobia social.

5) Ansiedad cognitiva, esta dimensión considera a la ansiedad como “fenómeno, eminentemente feno-

menológico, es decir subjetivo, el cual se relaciona con los pensamientos desagradables como, estado de inquietud el miedo y/o preocupaciones” (Chorot et al. 1994). Este último indicador, “preocupación” en este tipo de ansiedad es crucial puesto que permite que el adolescente posea con facilidad pensamientos intrusivos negativos como el miedo o la tristeza que terminan provocando una baja autoestima (Mathews, citado por Chorot et al. 1994). Así mismo, Arce (2014) indica que en esta dimensión se manifiestan “sentimientos de malestar, preocupación, hipervigilancia, tensión, miedo, inseguridad, sensación de pérdida de control, dificultad para decidir, presencia de pensamientos negativos sobre sí mismo, sobre la actuación ante los otros y temor a que se den cuenta de sus debilidades”. Por otro lado, Campos et al. (2012) indica que esta dimensión hace referencia a la “incapacidad y dificultad para mantener la atención y la concentración el cual termina influyendo en el rendimiento académico Aprendizaje. “Proceso psíquico que permite una modificación perdurable del comportamiento por efecto de la experiencia” (Galimberti, 2002, p. 102).

### El Entorno Escolar

El entorno escolar es un ambiente de socialización donde el adolescente interactúa constantemente con sus compañeros en el proceso de aprendizaje, estas situaciones generan que el estudiante fortalezca sus habilidades sociales o las adquiera si le son carentes, con el fin de que logre el desarrollo de las competencias propuestas y con ello, mejore su rendimiento académico (Hidalgo et al., 2020). Monjas et al., citado por Tortosa (2018), señala en este punto que para desarrollar las habilidades sociales en el centro educativo es importante tener presente lo siguiente: a) la familia y las escuelas deben trabajar coordinadamente en el aprendizaje de las habilidades sociales por parte de los estudiantes, b) en la institución educativa se debe concientizar a la comunidad sobre el tema y buscar estrategias relacionadas a la competencia interpersonal que permita abordarlas, c) es necesario que los docentes tengan una formación profesional sobre las habilidades sociales para desarrollarlas con sus estudiantes, pero también para mejorar su propia competencia social y d) en el currículo se debe establecer la necesidad del desarrollo y fortalecimiento de las habilidades sociales.

### Adolescencia

La adolescencia se caracteriza por ser una etapa de cambios: biológicos, sociales, psicológicos entre otros, que influyen en la conducta de la persona y en la

forma de relacionarse con los demás. Es en este contexto donde se resalta la importancia del desarrollo de las habilidades sociales, entendidas como aquellas conductas que permiten al adolescente mantener un comportamiento adecuado y pertinente con las personas que los rodean, permitiéndole expresar sus pensamientos, sentimientos y deseos (Zurita, citado por Hidalgo et al., 2020). En esta misma línea, Gresham et al. citado por Tortosa (2018) ha sostenido que las habilidades sociales hacen referencia al conjunto de conductas aprendidas y que se caracterizan por ser socialmente aceptables, puesto que, a través de ella, una persona puede interactuar adecuadamente con los demás. Si bien es cierto, la adquisición y desarrollo de las habilidades sociales se inicia en el contexto familiar durante la primera infancia, muchas veces esto no se realiza ocasionando que en la adolescencia se manifiesten conductas inadecuadas que terminan influyendo de manera negativa en diversos aspectos como en el ámbito escolar (Minedu, 2007).

### Aprendizaje

“Proceso psíquico que permite una modificación perdurable del comportamiento por efecto de la experiencia” (Galimberti, 2002, p. 102).

### Autonomía

Autonomía. “1. Facultad de gobernarse por sus propias leyes. 2. Capacidad del hombre de autogobernarse, determinando su propia conducta”. (Consuegra, 2010, p.33).

### Competencia

[...] conjunto de capacidades, que se desarrollan a través de procesos que conducen a la persona responsable a ser competente para realizar múltiples acciones (sociales, cognitivas, culturales, afectivas, laborales, productivas), por las cuales proyecta y evidencia su capacidad de resolver un problema dado, dentro de un contexto específico y cambiante (Tuning, 2007, p. 36).

### Desarrollo

Desarrollo. “Aparición de formas, de función y de conducta que son el resultado de intercambios entre el organismo, de una parte, y el medio interno y externo de la otra” (Consuegra, 2010, p. 70).

### Conclusión

Las habilidades sociales están determinadas por un



conjunto de estrategias de comportamientos y capacidades para aplicar estos comportamientos que ayudan a dar solución a situaciones sociales de manera segura, es decir, tolerable para el propio estudiante y para el contexto social en el que se encuentra inmerso.

Las habilidades están relacionadas con la convivencia del estudiante, en la medida que es un proceso mediado el cual todos los actores de la comunidad educativa aprenden a interactuar y convivir con sus pares.

las habilidades sociales y la convivencia escolar; además de una significancia estadística de  $p < 0,01$ , debe elaborar un plan de intervención psicológica, con el propósito de brindar herramientas de resolución de problemas familiares y mejorar las habilidades sociales de los estudiantes.

Los estudiantes con problemas de convivencia necesitan potenciar las actitudes personales, la comunicación oportuna y desarrollo afectivo y social; además que si se mejora la convivencia escolar mejorará el rendimiento académico.

los educandos pudieron establecer relaciones recíprocas auténticas con sus pares. Además, que los estudiantes como seres humanos tuvieron las oportunidades de ser creativos sin controversias acorde a sus habilidades logrando interactuar de manera positiva no solamente con sus compañeros de clase sino en otros espacios como lo es el familiar y con compañeros de otros grados superiores.

Fortalecimiento de las habilidades sociales en los niños de transición a través de una propuesta pedagógica; cuando concluye que Los estudiantes presentan comportamientos

El comportamiento de grupo debe concebirse como un trayecto de acción que todo el grupo debe adoptar como una familia.

las habilidades sociales de los estudiantes se ven afectadas por diversos factores biopsicosociales, incluyendo el uso de las herramientas tecnológicas.

Los estudiantes deben autoidentificarse con los miembros del grupo con sus propiedades psicosociales que definen al grupo en los aspectos psicológico y social.

las habilidades sociales son respuestas específicas dependiendo su efectividad del contexto en el que se ac-

tive y este se adquiere por medio del aprendizaje o de manera accidental o como consecuencia de un definitivo adiestramiento.

La convivencia escolar es la unión de acciones y actividades que realizan en los centros educativos contribuyen a la consolidación del clima escolar.

## Referencias bibliográficas

- Alegre, A. (2013). Ansiedad ante exámenes y estrategias de aprendizaje en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Propósitos y representaciones*, 1(1), 107 – 130. <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/9>
- Alonso, D. (2020). Estudio de caso trastorno de Ansiedad. *Con-Ciencia Serrana Boletín Científico De la Escuela Preparatoria Ixtlahuaco*, 2(3), 9-11. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/5055>
- Aparici, M.; Aparicio, M.; Gómez, I; Fernández, A.; Ingles, C. & Vicent, V. (2017). Ansiedad escolar infantojuvenil: Una revisión de autoinformes. *INFAD Revista de Psicología*, 1(2), 43 – 50. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v3.973>
- Aparicio, P., Cargua, N., Jiménez, C. & García, J. (2020). El rechazo escolar y la ansiedad cognitiva. *European Journal of Health Research*, 6(1): 75-84. <https://doi.org/10.30552/ejhr.v6i1.203>
- Arce, D.; Del Toro, A.; Gonzales, M.; Reina, L. & Reinoso, S. (2014). Mecanismos fisiológicos implicados en la ansiedad previa a exámenes. *MEDISAN*, 18(10), 419-429. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192014001000012&lng=es&tln-g=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014001000012&lng=es&tln-g=es).
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica*. (6ª ed.). Editorial Episteme.