



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Nivel de salud mental en las dimensiones positiva y habilidades sociales
en estudiantes del Colegio Sor Ana De Los Ángeles - Callao 2021

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORAS:

Roman Carrion, Giuliana Paola (orcid.org/0000-0001-8112-3253)

Ramos Aldana, Andrea Carolina (orcid.org/0000-0002-2303-7880)

ASESORA:

Mgtr. Becerra Medina de Puppi, Lucy Tani (orcid.org/0000-0002-4000-4423)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERU

2022

Dedicatoria

Principalmente a Dios que supo cómo guiarme por el buen camino, a mis padres Rixdy y Robert por todo el apoyo que me han dado en estos 5 años y por todo el esfuerzo que han hecho para sacarme adelante. También a mi enamorado por ser mi apoyo incondicional durante toda esta etapa. Y a toda mi familia en general que son lo mejor y más valioso que Dios me ha dado.

Dedicatoria

Le dedico este trabajo a mi madre, mis abuelos, mis hermanos que me apoyaron durante todo este proceso, les agradezco la paciencia, los consejos y el apoyo moral constante para no rendirme y poder seguir con esta hermosa carrera, también agradecer a mis profesores que durante la carrera me inculcaron las mejores enseñanzas.

Agradecimiento

A Dios por brindarnos la fuerza para terminar nuestra carrera satisfactoriamente y tener buena de salud, a nuestros padres, hermanos y amigos que nos brindaron su apoyo incondicional durante los años de formación para poder cumplir cada uno de nuestros objetivos.

A nuestra Universidad Cesar Vallejo por nuestra formación como profesionales, asimismo un agradecimiento muy especial a nuestra asesora Mgtr. Becerra Medina Lucy por su dedicación y apoyo constante en la realización de la investigación

Índice de contenidos

Caratula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de Tablas.....	v
Índice de Gráficos.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	11
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	12
3.2 Variable y operacionalización.....	12
3.3 Población, muestra y muestreo.....	14
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	15
3.5 Procedimientos.....	17
3.6 Método de análisis de datos.....	18
3.7 Aspectos éticos:.....	18
IV. RESULTADOS.....	19
V. DISCUSIÓN.....	25
VI. CONCLUSIONES.....	28
VII. RECOMENDACIONES.....	29
REFERENCIAS.....	30
ANEXOS “A”.....	1

Índice de Tablas

Tabla 1: Puntaje de valoración del instrumento Salud Mental Positiva y sus dimensiones	15
Tabla 2: Puntaje de valoración del instrumento de Habilidades Sociales y sus dimensiones	17
Tabla 3: Resultado de la prueba de normalidad de Shapiro Wilk	19
Tabla 4: Prueba de hipótesis	19
Tabla 5: Características sociodemográficas de los estudiantes de 5to año de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles 2021	20
Tabla 6: Nivel de la salud mental en sus dimensiones positiva y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles del año 2021	20
Tabla 7: Nivel de salud mental en su dimensión positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles 2021	21
Tabla 8: Nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes de colegio Sor Ana de los Ángeles 2021	23

Índice de Gráficos

Grafico 1: Nivel de salud mental en su dimensión positiva según sus áreas	22
Grafico 2: Nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales según sus áreas	24

Resumen

La investigación tuvo como objetivo medir el nivel de salud mental positiva y habilidades sociales en los estudiantes del quinto año de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles en el Callao, 2021. El tipo de investigación básica de nivel descriptivo, relacional, prospectivo de corte transversal, con un enfoque cuantitativo que permite medir ambas variables de manera numérica con dos escalas la de Lluch y del Minsa, nuestra muestra fue de 35 estudiantes de 5to año de secundaria de diferentes secciones, en el Callao. Siendo el resultado en la variable de salud mental positiva el que predomina es el medio 65,71%, mientras que en la variable habilidades sociales el resultado predominante el nivel bajo con 62,86%, es decir los estudiantes del quinto año del colegio Sor Ana de los Ángeles tiene un nivel de salud mental positiva medio por lo cual se encuentran en un estado que puede ser mejorado, pero un nivel bajo de habilidades sociales es decir que se debe trabajar mucho más en lo que respecta esa dimensión.

Palabras Clave: Salud mental, Salud mental positiva, habilidades sociales

Abstract

The objective of the research was to measure the level of positive mental health and social skills in the students of the fifth year of secondary school of the Sor Ana de los Ángeles school in Callao, 2021. The type of basic research of descriptive, relational, prospective cut-off level cross-sectional, with a quantitative approach that allows both variables to be measured numerically with two scales, the Luch and the Minsa, our sample was 35 students in the 5th year of secondary school from different sections, in Callao. Being the result in the variable of positive mental health the one that predominates is the medium 65.71%, while in the variable social skills the predominant result is the low level with 62.86%, that is, the students of the fifth year of the Sor Ana de los Ángeles has a medium level of positive mental health, so they are in a state that can be improved, but a low level of social skills means that much more work needs to be done in that dimension.

Keywords: Mental health, Positive mental health, social skills

I. INTRODUCCIÓN:

La salud mental es un componente esencial en el estado de bienestar de la persona, situación que de alguna manera se vio afectada desde el inicio de la pandemia, por lo cual conlleva a que muchos individuos comiencen a sufrir de problemas psicológicos. Desde el reinicio de clases virtuales a presenciales se observó grandes cambios en los escolares ya que muchos de ellos comenzaron a tener dificultad para prestar atención a clases, en cumplir su cronograma de tareas, en las notas de sus exámenes, etc.

Muchos investigadores comenzaron a investigar a la población estudiantil y se vio que por gran parte de la pandemia muchos de los escolares estaban desarrollando problemas psicológicos y psiquiátricos, el sector escolar fue uno de los más golpeados ya que son los niños y adultos mayores una gran parte de la población vulnerable, y con la llegada de la nueva normalidad presencial muchos de ellos se ven afectados en sus clases.

En la revista chilena de Psiquiatría y Neurología de la infancia y adolescencia (2021) se reporta que diversos estudios del país de origen del virus China se detectó que el impacto en la salud mental de los niños y adolescentes se ha estimado en un 54% de nivel moderado a severo, siendo la sintomatología depresiva y ansiosa la más común entre ellos.¹

En su estudio con preescolares y escolares utilizando el análisis de McNemar, demostraron que la pandemia si tuvo impactos significativos en esta parte de la población estudiantil, un 20,6% de los estudiantes evolucionaron de no tener síntomas a presentar al menos un síntoma psicológico y los síntomas que más común fueron son la tristeza, el desgano, falta de apetito, falta o demasiado sueño.⁴ Estudios similares de otros países lograron identificar que los escolares expuestos a la pandemia presentaban de forma recurrente diversos síntomas como son los altos índices de irritabilidad, inquietud y comportamiento desafiante, se debe recordar que el nivel de reacción de un niño ante un desastre tendrá mucho que ver con su edad y en qué nivel de su desarrollo se está encontrando en el momento del desastre.¹

Según la revista Medical News Today en el 2021, nos dice en su investigación que muchos de los escolares han presentado cambios en su rutina diaria, ya que pasaron de la presencialidad a virtualidad y fue un gran choque emocional para ellos, muchos de ellos han comenzado a presentar síntomas como dolor de cabeza, estrés, ansiedad, depresión, todo esto ha conllevado a que se cree cambios negativos en muchos aspectos de su salud, que al pasar el tiempo puede afectar la salud mental o el sentir de cada persona.²

El autor Sarmiento en el 2017 subraya la importancia de la salud mental de los niños y adolescentes como es uno de los retos más grandes que enfrentan hoy en día los colegios, los cuales deben entregar un ambiente seguro y confiable para que este niño o adolescente pueda manejar y desarrollar sus habilidades cognitivas, emocionales y sociales de forma adecuada ya que son necesarias para tener una buena salud mental, situación que con la pandemia se cambió.³

En el Perú, el Ministerio de Salud (2021), reportó que desde el inicio de la pandemia generada por el Covid 19; se vieron muchas dificultades y problemas de salud mental en toda la comunidad en general. Situación que viene agravándose desde comienzo del 2019 en donde se vio un incremento desesperante ya que muchos de los nuevos casos presentaban con problemas como la ansiedad, depresión, violencia y problemas con la adicción. En el año 2021 el Ministerio de Salud informó que más de 160 mil nuevos casos de ansiedad, 19 mil casos de problemas de adicción y más de 59 mil casos de violencia contra la mujer. Por lo tanto, muchas entes comenzaron a crear redes de salud mental y así poder adaptarla a la virtualidad para que muchos accedan a ello.⁴

La salud mental alude a aquellos aspectos positivos de la persona sin considerar alteración alguna, en este sentido Jauregui (2021) menciona que hay muchos factores que están asociados a la SMP en estudiante son: la empatía, el rendimiento y resiliencia. Sin embargo, es necesario mejorar las habilidades personales para poder formar profesionales que puedan enfrentar problemas que se crucen en la vida cotidiana.⁵

León en el año 2020 nos dice en su investigación que las HS son las capacidades que tiene un individuo para aplicar conductas determinadas para la solución de problemas

en una situación difícil. Las habilidades sociales nos permiten expresarnos con claridad, respeto, sentimientos con las personas, esto conlleva que las relaciones interpersonales con otras mejoren a lo largo del tiempo. Sin embargo, Monja nos informa que las habilidades interpersonales llevan al éxito como persona y sociedad, ayuda a mejorar a un individuo como profesional y poder desenvolverse.⁶

De aquí surgen las siguientes preguntas de para nuestra investigación:

Problema General ¿Qué relación existe entre la salud mental en sus dimensiones positivas y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021? Y como específicos: ¿Cuál es el nivel de salud mental en su dimensión positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021?, ¿Cuál es el nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021?

La justificación para realizar nuestro trabajo de investigación surge desde el comienzo de la pandemia ya que muchos de los escolares fueron presentando problemas de salud mental por la cuarentena que ya dura más de dos años, por lo que en la actualidad se ha visto con el retorno a clases presenciales que los escolares están presentando dificultades con para atender a sus clases diarias, del mismo modo, nuestra investigación tiene como utilidad metodológica implementar nuevos conocimientos sobre la salud mental positiva y habilidades sociales. Finalmente nos permite identificar daños que puede llegar a causar en la salud mental para poder diagnosticar a tiempo futuros daños en los estudiantes. El diagnóstico precoz hacia la SM ayudara a que a futuro la población escolar se encuentre sana y pueda llevar una vida normal.

Por lo que se formulan los siguientes objetivos, como objetivo general ; Determinar la relación que existe entre la salud mental en sus dimensiones positivas y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021; como específicos; Medir el nivel de salud mental en su dimensión positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021, Identificar el nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021

II. MARCO TEÓRICO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) nos dice que el bienestar de una persona crea la percepción que tiene uno mismo sobre sí. Mientras que las capacidades intelectuales o emocionales pueden influir a que la persona no pueda afrontar de manera eficaz un problema en su vida cotidiana. En esta misma línea Sarmiento (2017) menciona, cuando los escolares tienen problemas emocionales, de comportamiento y de aprendizaje suelen tener bajos rendimientos académicos que pueden ocasionar frustración escolar y retiro del colegio, con las consecuencias de desenlaces negativos en términos de salud mental, educación, trabajo y oportunidades en la vida. Por tanto, las medidas que se tomen desde el colegio en estos casos pueden ser determinante para el futuro de los niños y los adolescentes.⁷

La definición de salud mental positiva tiene su más real antecedente en el trabajo de Maria Jahoda (1958), ella fue la creadora de un trabajo sobre la definición de salud mental por la Joint Commission on Mental Illness and Health (Comisión Conjunta sobre la Enfermedad y la Salud Mentales) de ahí salió su conocido libro en el que habla sobre una definición diferente de salud mental positiva salida de su propia perspectiva y la de otros estudiosos participantes.

Aunque el enfoque de Jahoda habla sobre la salud psicológica de la persona, se supone la necesidad de tomar en cuenta puntos de salud física y sociales, aunque en su cercanía no se realicen avances específicos en este sentido, por eso, menciona que tener una buena salud física es una condición importante, aunque no es completamente importante para poder llevar a cabo una buena salud psicológica.

Uno de los ítems importantes del modelo de Jahoda es que habla sobre una serie de estándares que podrían caracterizar un estado de salud mental positiva. Dichos ítems podrían ser dados tanto a pacientes con trastornos mentales como a personas sin problemas. En conclusión, la iniciativa de Jahoda aspira a ofrecer una respuesta a la interrogante crítica de cuáles son los elementos de la salud psicológica positiva. Según

esta autora existen 6 criterios importantes y una secuencia de sus dominios relacionados.⁸

En el estudio que realizó Gómez A, en Colombia sobre psicología saludable, se tomó una muestra de 570 estudiantes universitarios y se realizó un estudio descriptivo correlacional, el resultado fue que solo un 63% de estudiantes tenía un estilo saludable de llevar su salud mental.⁹

En el estudio de Chávez F, Lymalla V, Maza C (2017) realizado en Lima, su estudio fue de enfoque cuantitativo no experimental de tipo correlacional, con una muestra 213 adolescentes de nivel secundario se encontró, que en habilidades sociales se presentó una categoría de nivel alto con 54,9% y un nivel bajo en un 23%, respecto a las habilidades sociales según sus resultados se concluye que los adolescentes son personas competentes en las habilidades sociales.¹⁰

Tacca H, Cuarez C, Quispe H (2020), en su estudio en Lima con una población de 324 estudiantes adolescentes de 4to y 5to de secundaria, se obtuvo como puntaje promedio 92,28% en la escala total de habilidades sociales es decir se ha observado que las habilidades sociales se encuentran en un nivel alto de desarrollo.¹¹

Torres M, Caballero D, Eleazar U, en una universidad de Paraguay en la intentaron detectar las habilidades sociales en estudiantes de Contabilidad, su muestra fue de 160 alumnos, al realizar las encuestas se pudo detectar que estos estudiantes se encuentran en una franja media de habilidades sociales.¹²

Según el artículo que realizó Martínez en Puerto Rico (2020) donde se tomó como ejemplo a diversos estudios a nivel internacional donde nos dice que la pandemia tienen rasgos de daños gigantes a tal caso que ocasiona a nivel mundial dificultades para llevar una vida tranquila. Los daños ocasionados trae consigo muchos problemas para toda la población ya que muchos de ellos se ven afectados por el miedo a que se contagien de alguna enfermedad o la muerte de algún familiar que lleva a la larga que su salud mental se ve afectada negativamente.¹³

Según el estudio realizado por Larraguibel M, Rojas A, Halpern, Montt en Chile (2021), este estudio utilizó una muestra de 4771 estudiantes de prekínder a cuarto año de

enseñanza básica, obteniendo como resultado que desde el impacto COVID -19 se ha visto afectado la salud mental de los niños y adolescentes, por lo cual revela que más del 54% presenta síntomas ansiosos y depresivos de grado moderado a severo. Por lo cual se observa muchos efectos adversos actualmente en las clases en donde la mayoría son de población infanto adolescente, causando así problemas de irritabilidad, ansiedad, apego, falta de atención. Según su estudio la población de escolares son los más afectados y producto de eso muchos de ellos necesitan ayuda psicológica o psiquiátrica para poder regular sus emociones por el nuevo cambio de la vuelta a clases presenciales.¹⁴

Para los estudiantes este problema no le es indiferente, ya que en muchas investigaciones se detectaron que la mayoría de síntomas presentados en los escolares son la ansiedad, trastornos alimenticios, ciclos de depresión, estrés.¹⁵

Según el estudio de Rojas A, Loreto L realizado en Chile (2018) en el cual participaron 197 ejecutores de diferentes programas usando así las encuestas virtuales, en donde se analizaron mediante el análisis cuantitativo y según sus resultados se encontró mayor dificultad de salud mental que día a día lo enfrentan mediante conductas externalizantes con un 49.57% en los estudiantes. Sin embargo, es necesario que parte de los profesionales de la salud implementen la agenda escolar en donde es necesario que los padres y profesores fortalezcan muchas acciones dentro y fuera del centro educativo para así ver mejoras a lo largo del tiempo.¹²

Saavedra (2017) en su estudio realizado en el Perú, con una población de 97 estudiantes del x ciclo de estudiantes de enfermería, en relación a la variable de salud mental positiva evaluada a través de sus 6 dimensiones, se puede observar mayores porcentajes con nivel bajo, en los criterios de autonomía con 83,3% y autocontrol con 65,6 %, lo cual representa una brecha considerable para llegar al nivel óptimo, podemos concluir que los estudiantes tienden a tener problemas de relaciones familiares, estudiantiles, muchas veces se canalizan hacia hábitos no adecuados como adicciones y en estudiantes el mayor problema siempre es el rendimiento estudiantil.¹⁵

Ramírez C, Martínez S, Cabrera M, et al (2020), en su artículo realizado en Ecuador, mencionan que para definir las habilidades sociales debemos tener en cuenta cada

etapa de vida que pasan las personas debido a que en cada una de ellas las exigencias del ámbito no tienen el mismo significado en la infancia, adolescencia o adultez, por eso mencionamos que las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten a cada persona desarrollarse en un contexto interpersonal o individual, en el cual nos permite poder expresar nuestros deseos, actitudes, derechos u opiniones de acorde a la situación en la que nos presentemos, logrando así una posible solución ante un problema futuro.¹⁶

Según Navarro O, Hoz G, (2021) en su estudio realizado en Colombia con una población de 270 entre 18 y 75 años, se obtuvo como resultado de esta investigación en el perfil 1 y 2 con una clasificación media, y el perfil 3 y 4 con un resultado alto, podemos la salud mental positiva representa un cambio de las definiciones que se tenían años atrás debido a que se habla de trascender de una imagen negativa de salud y dejar a un lado la imagen de enfermedad predominante al referirnos a salud mental para poder promover la prevención y promoción.¹⁷

Jauregui (2021) nos dice en su teoría de Salud Mental Positiva de Jahoda, habla sobre cómo podemos recuperar la salud mental, ella nos dice en su estudio que existe una relación entre la salud y enfermedad y que es escasa la atención a las dimensiones positivas de la salud. Jahoda desarrollo un modelo teórico en donde propuso 6 criterios que son: Actitudes hacia sí misma; Crecimiento, desarrollo y auto actualización; Adhesión; Soberanía; Percepción de la verdad y Dominio del ámbito. Ella plantea que para tener una buena salud mental la persona tiene que asumir la necesidad de muchos aspectos tanto físicos como sociales.⁵

Según Pinos G, en su artículo sobre la salud mental positiva él nos refiere que La salud mental se crea desde el ámbito de crianza, que puede dar pase o restringir el desarrollo adecuado de la mente. De otro modo, es necesario no alejar la relación de la salud mental con la salud física, entre las enfermedades biológicas y las enfermedades mentales hay una evidente conexión.¹⁸

Minsa en su manual de Habilidades sociales en adolescentes escolares (2005) clasifica a las habilidades sociales en 4 dimensiones que se separan en:

Asertividad: Es la adecuada manifestación de uno mismo y como ha sido su crianza en base a sus valores, pensamientos, actitudes, conductas y afectos. Con el permiso

de poder demostrar sus sentimientos sin ocasionar algún perjuicio a otras personas y sin afectar los derechos de cada individuo. Se basa en 3 estilos básicos de una conducta interpersonal que son: la conducta agresiva, conducta asertiva y conducta pasiva.

Comunicación: Es realmente importante para poder relacionarnos con otros para llegar a la resolución de problemas, es decir es el intercambio entre individuos que ayuda a vivir una vida satisfactoria. Puede ser de forma verbal o no verbal.

Autoestima: Es la capacidad de un individuo para reconocerse, atribuirse o darse un valor propio en una determinada situación. El grado de autoestima de cada individuo va a depender de sus experiencias sociales o familiares que se le inculcan desde niños.

Toma de decisiones: Para la toma de decisiones necesitamos como requerimiento la identificación de las alternativas para la resolución de algún problema que pueda tener a lo largo de la vida.¹⁷

Esteves V, Paredes M, Calcina C, Yapuchura S; refieren en su estudio realizado a estudiantes de la Institución educativa secundaria José María Arguedas, en donde observó la relación entre las habilidades sociales en adolescentes y la disfunción familiar que obtuvo como resultado que la relación entre la funcionalidad familiar y habilidades sociales muestran que el 18.7% presentan una disfunción familiar leve y nivel promedio de habilidades sociales, seguido de una disfunción familiar moderada con 15.9% y nivel promedio bajo de habilidades sociales. Con estos resultados podríamos afirmar que el déficit de un estudiante en sus habilidades sociales tiene mucho que ver con la disfunción familiar ya que favorecen a que exista un aumento en las conductas de riesgo en los adolescentes limitando así que un adolescente requiere de un mayor esfuerzo y reforzamiento respecto a las habilidades sociales.²⁰

En el estudio de Murillo S, que se realizó en Perú en un grupo de estudiantes, la muestra fue de 524 estudiantes de una universidad en Puno, se utilizó el instrumento de Lluch, su resultado fueron que un 50.9% de estudiantes obtuvieron un nivel alto de salud mental positiva, seguida de 47,7% que tiene una salud mental media.²¹

En el estudio realizado por Chau y Vilela (2020) en la Lima y Huánuco, se buscó identificar las variables psicológicas que predicen la salud mental en una muestra de 1,024 estudiantes universitarios de Lima y Huánuco, los resultados son Las

investigaciones coinciden en que la etapa estudiantil se caracteriza por ser de mucho estrés ya que hay un alto nivel de demanda en un nivel estudiantil, de finanzas y social que tienen que enfrentar los jóvenes día a día durante la pandemia, durante este tiempo la atención del mundo ha estado puesta en las personas que se habían contagiado de este virus y al personal de salud, pero también existen grupos de personas que no han sido atendidas por esta enfermedad. Es muy preocupante el impacto del coronavirus en las personas con algún padecimiento psicológico, la ignorancia por parte de las personas hacia estos pacientes no sólo genera problemas al momento de entregar el servicio de salud sino que hace crecer la desigualdad de salud que ya existen.²²

No obstante, en el estudio de Vivanco V, Saroli A, Caycho R, et al realizado en Venezuela con una muestra de 784 estudiantes, se vio el resultado La población con rendimiento escolar bajo se compone en su mayoría de hombres con un 56.5% frente a un 43.5% de mujeres. La media de edad es de 16,34 años con un mínimo de edad de 14 años y un máximo de 23, como conclusión ellos mencionan en su investigación se pudo visualizar que existe una interacción entre la ansiedad por el COVID - 19 y la salud mental de un grupo de estudiantes del Perú, se vio que su salud mental fue afectada durante la pandemia. Además, nos refiere que necesita realizarse más investigaciones a nivel nacional y universal para tener resultados que puedan complementar el estudio realizado, con la finalidad de que se puedan dar intervenciones dirigidas hacia los estudiantes que hayan sido afectados durante la pandemia.²³

Jauregui (2021) mencionó que la salud mental positiva es una gestión precisa del individuo, que fomenta el desarrollo de las cualidades humanas, así como la creación de condiciones para sus mayores capacidades. Jahoda, pionero administrado condiciones a SMP; Joint Commission on De la mente Illness and Health". El objetivo del comité era realizar un análisis global de la salud mental, formado por un equipo multidisciplinario que produjo una variedad de estudios. Aquí es donde Jahoda profundiza en la salud mental positiva y afirma que es dañina de muchas maneras⁵

Según Alarcón (2021), afirma que la etapa de un estudiante es muy importante para que pueda desarrollar diversas habilidades de salud mental, y los docentes son importantes durante este período para que los estudiantes puedan desarrollarse.²⁴

Por ello, el autor Esteves V y colaboradores afirman en su estudio que las habilidades sociales son un conjunto de hábitos que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales y sentirnos realizados. Conseguir lo que queremos y hacer que los demás nos odien. impedir que logremos nuestros objetivos. Es la función de relacionarse con los demás de tal forma que se obtengan más ventajas y se reduzcan las consecuencias negativas, tanto a corto como a largo plazo; Esto incluye temas relacionados como el asertividad, la autoestima y la inteligencia emocional. Asimismo, las habilidades sociales influyen en las percepciones que los jóvenes tienen de sí mismos, de los demás y de la sociedad y les permiten responder positivamente a situaciones estresantes.¹⁸

Almaraz D, Coeto G, Camacho E. realizado en un colegio de México, donde se estudiaron las habilidades sociales de escolares, se detectó que con los diversos seminarios dados en el colegio hubo un cambio significativo en la violencia en los alumnos y en diversas dimensiones del cuestionario.²⁵

En el estudio de Barrera y Flores, realizado en México, en donde se tomó como muestra 862 estudiantes de una universidad de México, del cual se tuvo como resultado que los jóvenes de esa universidad cuentan con un nivel de salud mental aceptable, es decir que en su vida diaria la mayor parte del tiempo desarrollan emociones de salud mental positiva.²⁶

Núñez L, Romero L, en su estudio realizado en España, se utilizó una muestra de 25 personas con esquizofrenia, el resultado fue que el taller de habilidades sociales realizado en ese instituto había logrado integrar de forma adecuada a las personas en la sociedad a pesar de su padecimiento.²⁷

Soto C, Deroncele A, realizado en Ecuador en un grupo de docentes, la muestra fue de 19 docentes y se utilizó la encuesta de Lluch, el resultado fue que los docentes de aquella comunidad tenían un nivel bajo en habilidades sociales y salud mental positiva en todas sus dimensiones.²⁸

Según el portal NEURONUP nos menciona que las habilidades sociales son un grupo de conductas y la capacidad de aplicarlas en la vida diaria, estas permiten un desarrollo aceptable de cada persona en su entorno social.²⁹

En el estudio que realizó Mamani E, García M, Calcina W, Yapuchura A, de habilidades sociales y comunicación interpersonal realizada en una universidad de Puno, se tomó como muestra 606 estudiantes de tres facultades diferentes para realizar este estudio donde los resultados fueron que había una relación significativa entre ambas variables, en todas las dimensiones obtuvieron un nivel medio.³⁰

En el estudio que realizó Gómez A, en Colombia sobre psicología saludable, se tomó una muestra de 570 estudiantes universitarios y se realizó un estudio descriptivo correlacional, el resultado fue que solo un 63% de estudiantes tenía un estilo saludable de llevar su salud mental.³¹

En el estudio que realizó Torres M, Caballero D, Eleazar U, en una universidad de Paraguay en la intentaron detectar las habilidades sociales en estudiantes de Contabilidad, su muestra fue de 160 alumnos, al realizar las encuestas se pudo detectar que estos estudiantes se encuentran en una franja media de habilidades sociales.³²

En el estudio realizado por Almaraz D, Coeto G, Camacho E. realizado en un colegio de México, donde se estudiaron las habilidades sociales de escolares, se detectó que con los diversos seminarios dados en el colegio hubo un cambio significativo en la violencia en los alumnos y en diversas dimensiones del cuestionario.²⁵

En el estudio de Nuñez L, Romero L, en su estudio realizado en España, se utilizó una muestra de 25 personas con esquizofrenia, el resultado fue que el taller de habilidades sociales realizado en ese instituto había logrado integrar de forma adecuada a las personas en la sociedad a pesar de su padecimiento.²⁷

Según Alarcón (2021) nos menciona que la etapa estudiantil es muy importante para poder desarrollar diversas habilidades de salud mental, y que los profesores son muy importantes en esta etapa para que se puedan desenvolver los estudiantes.²⁴

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación:

El tipo de investigación básica de nivel descriptivo, relacional, prospectivo de corte transversal, con un enfoque cuantitativo que permite medir ambas variables de manera numérica con dos escalas la de Lluich y del Minsa.

Diseño de investigación:

El diseño de investigación es no experimental, ya que los grupos son identificados por características que tiene en común.

3.2 Variable y operacionalización:

Variable 1: Salud Mental Positiva

Variable 2: Habilidades sociales

Variable 1: Salud mental positiva

Definición conceptual:

La salud psicológica positiva es fundamental para impulsar el desarrollo de las cualidades de cada persona, para de esta forma facilitar su mayor potencial de todos ellos. Jahoda es el pionero en otorgar el término de Salud psicológica positiva, esto nace al pertenecer al "Joint Commission on de la mente Illness and Health".⁵

Definición operacional:

Para medir la primera variable salud psicológica positiva se usa el cuestionario de SMP de Lluich que consta de 39 ítems que buscan evaluar 6 dimensiones que conforman la SMP; el instrumento consigna 4 posibilidades de contestación con valores del 1 al 4.

Dimensiones:

Cuenta con 39 ítems en general de los cuales se separan por 6 dimensiones que son:

- Satisfacción personal cuenta con 8 ítems
- Actitud prosocial cuenta con 5 ítems
- Autocontrol cuenta con 5 ítems
- Autonomía cuenta con 5 ítems
- Resolución de problemas y actualización cuenta con 9 ítems
- Habilidades de relación interpersonal cuenta con 7 ítems

Escala de medición:

Se miden de manera numérica

-Medio

-Alto

-Bajo

Variable 2: Habilidades sociales

Definición conceptual:

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten a cada persona desarrollarse en un contexto interpersonal o individual, en el cual nos permite poder expresar nuestros deseos, actitudes, derechos u opiniones de acorde a la situación en la que nos presentemos, logrando así una posible solución ante un problema futuro.³³

Definición operacional:

Para medir la segunda variable se la elegido la lista de Habilidades sociales que el Ministerio de Educación en la cual contiene 42 ítems donde incluyen 5 alternativas de contestación.

Dimensiones:

- Asertividad
- Comunicación
- Autoestima
- Toma de decisiones

Escala de medición:

Ordinal: Según Coronado P, en el año 2018 nos dice que la escala ordinal se logra cuando las observaciones se colocan en un orden relativo con respecto a cada una de sus características que se va evaluar, es decir que los datos deben estar clasificados y ordenados de acuerdo a la característica que posee cada una.³⁴

3.3 Población, muestra y muestreo:

Población:

Para la población se escogió a los estudiantes del 5to año de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles en el Callao, la cual consta con 5 secciones en 5to por lo que cada aula está constituida por 30 alumnos. La población es un total de 150 alumnos de 5to año de secundaria. De acuerdo con la autorización dada por la Dirección del plantel solo se entrevistaría a dos aulas: A y E.

- **Criterio de inclusión:**

Ser estudiante de 5to año de secundaria

Estar presente al momento de aplicar el instrumento

Haber firmado el consentimiento y asentimiento informado

· **Criterios de exclusión:**

No tener el consentimiento y asentimiento informado

Muestra:

La muestra con la cual se trabajó fue 35, que fueron quienes aceptaron y respondieron los instrumentos, como se mencionó antes la Dirección solo autorizo encuestar a dos secciones A y E.

Muestreo: No probabilístico

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

En la recolección de datos de la presente investigación, se emplearon 2 escalas diferentes validadas en el país.

Una de ellas es el cuestionario de Salud psicológica Positiva de Lluich constituido por 39 ítems que evalúan las 6 dimensiones: 1. Satisfacción personal, 2. Actitud prosocial, 3. Autocontrol, 4. Autonomía, 5. Resolución de problemas y actualización, 6. Habilidades de relación interpersonal.

Tabla 1: Puntaje de valoración del instrumento Salud Mental Positiva y sus dimensiones

Rangos de valoración de la SMP				
		Alto	Medio	Bajo
Variable 1	Salud Mental Positiva	(118-156)	(79-117)	(39-7)

	Satisfacción personal	(25-32)	(17-24)	(8-16)
	Actitud prosocial	(16-20)	(11-15)	(5-10)
Dimensiones	Autocontrol	(16-20)	(11-15)	(5-10)
	Autonomía	(16-20)	(11-15)	(5-10)
	Resolución de problemas y autoactualización	(28-36)	(19-27)	(9-18)
	Habilidades de relación interpersonal	(22-28)	(15-21)	(7-14)

Según Valdivia T (2020) plantea que el cuestionario de SMP se aplica de forma colectiva y personal, con una duración de veinte minutos aproximadamente, estadísticamente el instrumento consta de una confiabilidad entre 0,71 - 0,91 y error típico entre 0,09 -0,22. De acuerdo con la prueba, la escala de SMP demostró ser un fundamental aporte para el análisis de los aspectos positivos que definen la salud en jóvenes y adultos con buenos indicadores de validez y fiabilidad.³⁵

Para la variable 2 se aplicó la escala de habilidades sociales del Ministerio de Salud consta de 42 ítems, que se dividen en 4 áreas que son: Asertividad, Comunicación, Autoestima y Toma de decisiones. Según el Minsa (2021) acota que el análisis de esta escala posibilita detectar con exactitud individuos de diversos déficits en distintas zonas. Estadísticamente el instrumento reporta un coeficiente de confiabilidad de 0.88. Con una fiabilidad $\alpha=0,88$.¹⁹

Para la primera variable se estableció el nivel según el promedio: bajo, medio, alto. Mientras que en la segunda variable se establecerá el nivel según el promedio: Muy bajo, Bajo, Promedio bajo, Promedio, Promedio alto, Alto, Muy alto.¹⁹

Tabla 2: Puntaje de valoración del instrumento de Habilidades Sociales y sus dimensiones

		Rangos de valoración de las HS						
		Muy bajo	Bajo	Prom. bajo	Promedio	Prom. alto	Alto	Muy alto
Variable 2	Habilidades Sociales	(88)	(88-126)	(127-141)	(142-151)	(152-161)	(162-173)	(174 a +)
	Asertividad	(>21)	(21-24)	(35-41)	(42-46)	(47-50)	(51-54)	(55 a +)
Dimensiones	Comunicación	(>19)	(19-24)	(25-29)	(30-32)	(33-35)	(36-39)	(40 a +)
	Autoestima	(0-20)	(20-32)	(33-38)	(39-41)	(42-44)	(45-49)	(50 a +)
	Toma de decisiones	(>16)	(16-24)	(25-29)	(30-33)	(34-36)	(37-40)	(41 a +)

3.5 Procedimientos:

La recolección de datos comenzó una vez que se aceptó la carta de presentación dado al colegio Sor Ana de los Ángeles, la cual autorizó el permiso correspondiente para el ingreso solo a dos aulas de quinto año de secundaria y no a todas como el planteamiento inicial. Después se coordinó el día y la hora en la que se tomara las encuestas. Una vez ya en las aulas correspondientes los tutores otorgaron las listas de los alumnos de las aulas seleccionadas.

Para la aplicación del instrumento se coordinó con los maestros y delegados de aula. Ambos instrumentos se llevaron ya impresos y consta de 3 hojas de la cual la primera

hoja se basa en el consentimiento informado que se le brindara a cada alumno que anhela con participar voluntariamente, la segunda y tercera hoja está compuesto por ambos instrumentos propuestos para nuestra investigación que son la escala de SMP de Lluch y la escala de HS del Minsa, la aplicación de las escalas duro en promedio 30 minutos.

3.6 Método de análisis de datos:

Antes de la ejecución de nuestro trabajo de investigación se realizó la verificación de ambos instrumentos como el llenado total de los ítems, sus datos generales y posteriores a eso se dio el procesamiento y digitación de los datos estadísticos mediante el programa de Microsoft Excel. Luego se procedió a realizar una base de datos con el reporte estadístico descriptivo e inferencial para ello se aplicaron las pruebas estadísticas descriptiva e inferencial para la prueba de hipótesis y los resultados se evidencian en tablas y gráficos.

3.7 Aspectos éticos:

En este estudio tuvo en cuenta dos consideraciones éticas que son:

Se tiene el principio ético de la justicia, esta habla sobre la igualdad y que todos los estudiantes deben tener un trato igualitario durante la investigación.

El principio de no maleficencia ya que los estudiantes adolescentes deberían tener la seguridad que no serán afectados por su participación en el estudio

El principio de autonomía porque cada persona que participo en el estudio lo hizo por decisión propia.

El principio de la beneficencia porque se realizó un estudio a beneficio de los estudiantes del colegio ya que así se podrían medir la salud mental positiva y habilidades sociales de los estudiantes.

IV. RESULTADOS

Prueba de Hipótesis: antes de proceder a la prueba de hipótesis se vio por conveniente determinar si el comportamiento de los datos tiene una distribución normal y por el número de la muestra se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, como resultado se encontró que para la variable SMP los datos tienen una distribución normal, mientras que para la variable HS los datos tienen una distribución anormal, según la prueba de Shapiro Wilk.

Tabla 3: Resultado de la prueba de normalidad de Shapiro Wilk

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
SMP	.086	35	.200*	.978	35	.694
HS	.148	35	.050	.932	35	.031

Tabla 4: Prueba de hipótesis

Salud mental en las dimensiones positivas y su relación con habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles del año 2022

		Correlaciones		
			SMP	HS
Rho de Spearman	SMP	Coefficiente de correlación	1.000	-.300
		Sig. (bilateral)	.	.080
		N	35	35
Rho de Spearman	HS	Coefficiente de correlación	-.300	1.000
		Sig. (bilateral)	.080	.
		N	35	35

La hipótesis general: Existe diferencia estadísticamente significativa entre el nivel de salud mental en las dimensiones positivas y habilidades sociales en los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles del año 2021.

En la tabla 4 indica que cuando la significancia es mayor a 0,05, se acepta la Ho y rechaza la H1, cuando es menor a 0,05 acepta la H1. En este caso la significancia fue mayor a 0,05 por el cual se acepta la hipótesis nula y rechaza la H1. Por el cual sostiene que no existe diferencia estadísticamente significativa entre el nivel de salud mental en las dimensiones positivas y habilidades sociales en los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles del año 2021.

Tabla 5: Características sociodemográficas de los estudiantes de 5to año de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles 2021

Características	F	Porcentaje
Edad	14-16	71,43%
	17-19	28,57%
Sexo	Femenino	48,57%
	Masculino	51,43%
Sección	“A”	74,29%
	“E”	25,71%
Total	35	100%

Del total de los 35 estudiantes encuestados el 51,43% fueron de sexo masculino, mientras que la mayor frecuencia de rangos de edad fue entre 14 a 16 años con un (71,43%) y la sección más frecuencia fue la “A” con un total de 74,29% de estudiantes.

Tabla 6: Nivel de la salud mental en su dimensión positiva y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021

		Frecuencia	Porcentaje
Variable Salud Mental Positiva	Alto	11	31.43%
	Medio	23	65.71%
	Bajo	1	2.86%
Variable Habilidades sociales	Muy bajo	8	22.86%
	Bajo	22	62.86%
	Promedio bajo	4	11.43%
	Promedio	1	2.86%
	Promedio alto	0	0
	Alto	0	0
	Muy alto	0	0
	Total	35	100%

Se observa que en el total de 35 encuestas realizadas en la primera variable “Salud mental positiva” los estudiantes del quinto año de secundaria tienen un nivel medio con un (65.71%) mientras que en la segunda variable “Habilidades sociales” el nivel bajo es el que más predomina con un (62.86%) en los estudiantes.

Tabla 7: Nivel de salud mental en su dimensión positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021

	Frecuencia	Porcentaje
--	-------------------	-------------------

Salud mental positiva	Alto	11	31.43%
	Medio	23	65.71%
	Bajo	1	2.86%
Total		35	100%

Se observa que el 65.71% (23) de los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles tienen un nivel de salud mental positiva media, el 31.43% tiene un nivel de salud mental positiva alta y el 2.86% de los estudiantes tienen un nivel de salud mental positiva baja.

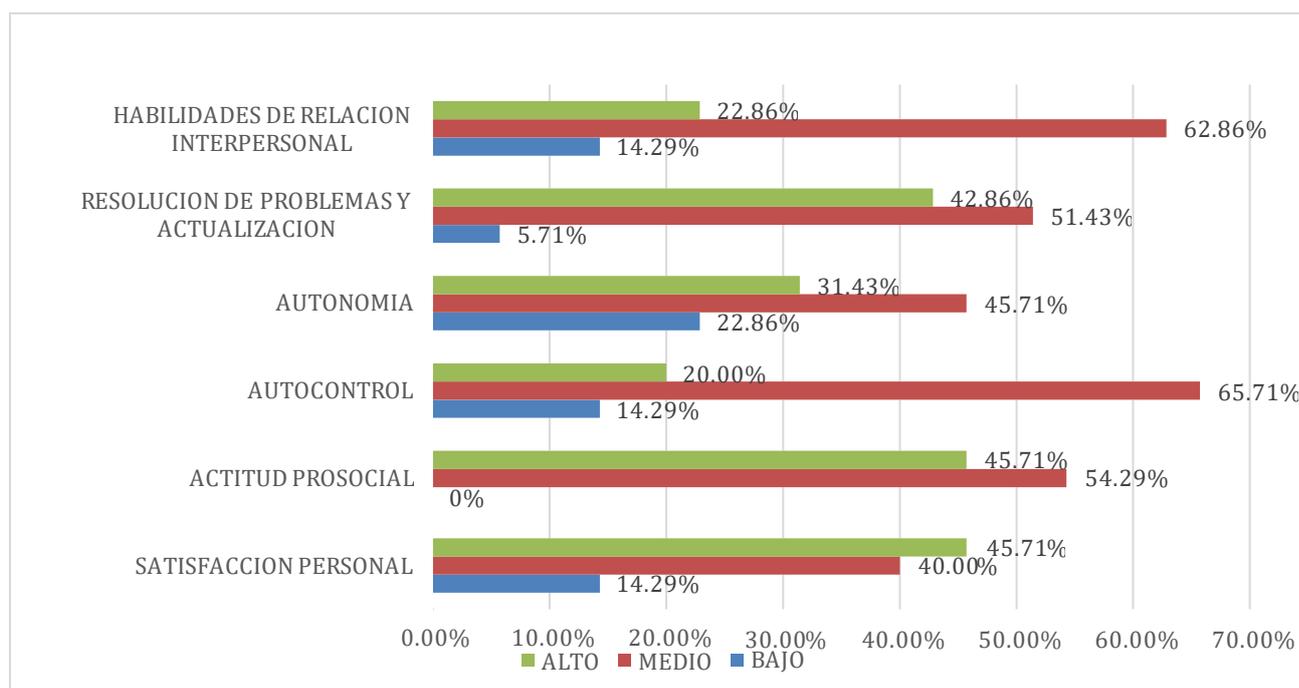


Grafico 1: Nivel de salud mental en su dimensión positiva según sus áreas

Se presenta en el siguiente gráfico el nivel de salud mental positiva en estudiantes en su primera dimensión “habilidades de relación interpersonal” predomina más el nivel medio con un (62,86%) de estudiantes, para la segunda dimensión de “resolución de problemas y actualización” predomina el nivel medio con un (51,43%) de estudiantes, la dimensión de “autonomía” tiene como predominante el nivel medio con un (45,71%)

de estudiantes, mientras en la dimensión de “autocontrol” predomina el nivel medio con un (65,71%) de estudiantes, la “actitud prosocial” domina el nivel medio con un (54,29%), por finalizar en la dimensión de “satisfacción personal” predomina el nivel alto con un (45,71%) de estudiantes.

Tabla 8: Nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes de colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021

		Frecuencia	Porcentaje
Habilidades sociales	Muy bajo	8	22.86%
	Bajo	22	62.86%
	Promedio bajo	4	11.43%
	Promedio	1	2.86%
	Promedio alto	0	0
	Alto	0	0
	Muy alto	0	0
Total		35	100%

Se observa que el 62.86% (22) de los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles tienen un nivel de Habilidades sociales bajo, el 22.86% tiene un nivel muy bajo de habilidades sociales y el 11.43% tiene un nivel de promedio bajo, para finalizar en los siguientes niveles promedio alto, alto, muy alto ninguno de los estudiantes los presenta.

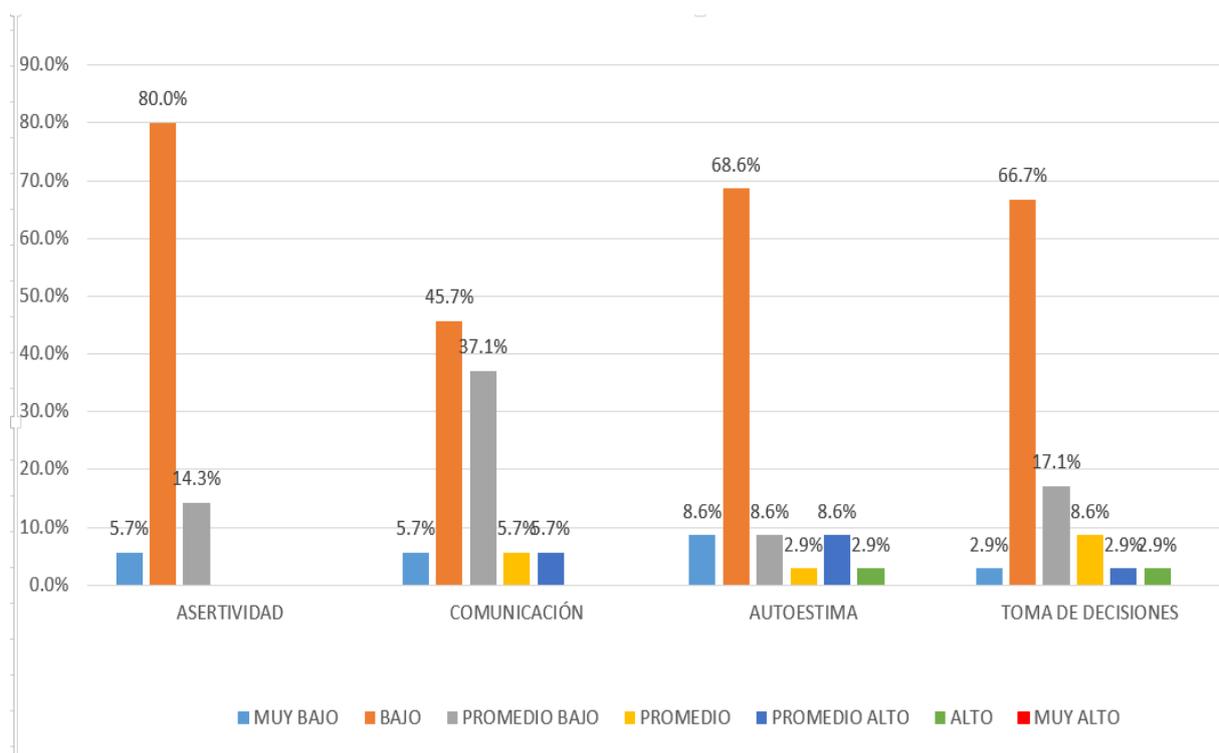


Grafico 2: Nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales según sus áreas

Interpretación:

Se presenta el nivel de salud mental en los estudiantes se observa que en el área de asertividad que el 80% de estudiantes tiene un nivel bajo, mientras que en el área de comunicación el 45,7% de estudiantes tienen un nivel bajo, en el área de autoestima el 68,6% de estudiantes tienen un nivel bajo y en el área de toma de decisiones el 66,7% tiene un nivel bajo. Por lo cual se infiere que los estudiantes encuestados tienen como cierto Déficit de las habilidades sociales.

V. DISCUSIÓN

La investigación es uno de los primeros estudios realizados en estudiantes de un colegio secundario en la provincia del Callao, que aborda desde el inicio de la pandemia; en la cual se tomó como muestra a estudiantes que cursan el quinto año de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles.

A partir de los hallazgos encontrados, se acepta la hipótesis nula que establece que no existe diferencia estadísticamente en las dimensiones positivas y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles, 2021. ($p > 0.69$)

Estos resultados guardan relación con lo que sostiene Jauregui (2021) en su estudio a estudiantes de Enfermería en la UNMSM antes y durante la pandemia encontramos una similitud con sus resultados quienes señalan que no existe diferencias marcadas en ambas variables (SMP y HS). Por lo cual esto significa que pese a las restricciones y aislamiento social desde el comienzo de la pandemia se vio afectado la salud mental y habilidades sociales de los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles, 2021.

En cuanto a los datos sociodemográficos, del 100% (35) estudiantes, el 51.44% son de sexo masculino, el 71.43% tienen los rangos de edades de 14 a 16 años, mientras que el 74.29% son de la sección "A". Callohuari Q, Challa L³⁶, detallo en su estudio que el 51.7% fueron de sexo masculino, el 44.5% obtuvo el rango de edad entre 15 a 16 años.

En la tabla 7, el nivel de salud mental en sus dimensiones positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles, del 100% de encuestados un 65.71% tiene un nivel medio por lo cual es similar a los resultados de la investigación de Jauregui, en el que nos menciona que los estudiantes de la carrera de Enfermería de la UNMSM reportan un nivel medio en lo que respecta a la Salud mental positiva. De una de las 6 dimensiones que miden la SMP predominó la D1 "Autocontrol" que obtuvo un nivel medio. Por lo cual decimos que a pesar de todo el problema que contrajo la pandemia del Covid 19 mucho de los estudiantes regulan sus emociones, pensamientos y comportamientos en una situación estresante para ellos. Por ello va acorde con lo que en este estudio se halló.

Como sabemos la salud mental positiva es un componente esencial en el estado de bienestar de la persona, situación que de alguna manera se ha visto afectada mucho más desde el inicio de la pandemia, por ello, es necesario fortalecer a la población en la dimensión de “resolución de problemas y auto actualización” ya que con nuestros resultados hemos observado que muchos de los escolares tienen problemas para tomar decisiones rápidas ante una situación complicada.

A diferencia del autor Murillo S, en su investigación a estudiantes universitarios en Puno, va en desacuerdo con nuestra investigación ya que sus resultados reportaron un nivel alto en la SMP con un 50.9%. Por lo tanto no va de acuerdo a lo hallado por nosotros. Mientras que la autora Saavedra nos dice en su estudio en donde evaluó la SMP en sus 6 dimensiones pudo observar mayores porcentajes con nivel bajo en los criterios de Autonomía y Autocontrol.³⁷

Otra de las variables que se estudio fue las de HS, cuanto a la Tabla 8, el nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes, del 100% de encuestados según los resultados se ha obtenido un nivel bajo en HS con un 62.86% por lo cual decimos que lo escolares que cursan el quinto año de secundaria tienen un déficit en lo que respecta a sus habilidades sociales. Nuestro estudio tiene resultados similares al de los autores Esteves, Paredes, Calcina y Yapuchura, en donde señalan que la adolescencia es la época con mayor vulnerabilidad, este estudio obtuvo un nivel bajo en las HS con un 52.7%, por lo cual afirma que el déficit de un estudiante en sus habilidades tiene mucho que ver con la disfunción familiar ya que eso favorece a que exista una conducta de riesgo en los escolares adolescentes.

Pero, no concuerda con el estudio de las autoras Chavez, Lymalla, Maza (2017) en su estudio nos dice que los adolescentes presentaron un nivel alto en HS con un 54.9%, por lo cual decimos que los escolares adolescentes son personas competentes en lo que respecta a sus habilidades sociales.

Por eso es necesario conocer sobre las HS ya que muchos de los escolares presentan grandes cambios en la adolescencia, por el cual deben pasar una evaluación con cada uno de ellos para así prevenir riesgos en la salud mental a futuro.³⁸

Asimismo, la autora Jahoda nos menciona en su teoría sobre la SMP que es necesario tomar en cuenta los diferentes puntos de salud física y social, para tener una buena

salud mental psicológica, el manejo correcto en el individuo fomenta el desarrollo de las cualidades de las personas, además de facilitar su más alto potencial. En cuanto a las habilidades sociales, según Paredes nos dice que es un grupo de hábitos que permiten mejorar nuestras propias interrelaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo cual deseamos, para así lograr que los otros no nos impidan conseguir nuestros propios planes.

A raíz de todos los sucesos dados en estos últimos años donde la salud mental de los estudiantes fue bastante afectada decidimos realizar un estudio para observar en qué condiciones se encuentra la salud mental de los estudiantes del colegio Sor Anade los Ángeles, el objetivo de nuestro estudio es medir la salud mental positiva y las habilidades sociales en estudiantes del quinto año de secundaria de un colegio de la provincia del Callao, los resultados obtenidos en los estudiantes del 5to año mantienen una salud mental positiva media con unos resultados dividida en sus distintas dimensiones, en su primera dimensión de habilidades de relación interpersonal con un nivel bajo (14,29%), medio (62,86%) y alto (22,86), su segunda dimensión que es resolución de problemas y actualización con un nivel bajo (5,71%), medio (51,43%) y alto de (42,86%), su tercera dimensión de autonomía con un nivel bajo (22,86%), medio (45,71%) y alto (31,43%), su cuarta dimensión de autocontrol con un nivel bajo (14,29%), medio (65,71%) y alto (20%), su quinta dimensión actitud prosocial con un nivel bajo (0%), medio (54,29%) y alto (45,71%), y su quinta dimensión de satisfacción personal con un nivel bajo (14,29%), medio (40%) y alto (45,71%).

Resaltando que hay una diferencia en el nivel salud mental positiva y habilidades sociales, dependiendo de la edad que tenga el encuestado, la etapa de vida en la que se encuentre y el nivel de estudios que tenga, también se debe tener en cuenta que tener un balance de estas dos dimensiones es importante para tener una salud mental saludable.⁴⁰

VI. CONCLUSIONES

1. Los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles presentan un nivel medio de Salud mental positiva mientras que en las habilidades sociales es de nivel bajo; no estableciéndose que no existe diferencia estadísticamente significativa entre las variables SMP y HS en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles, 2021. ($p > 0.005$)
2. Esta investigación tuvo como resultado que la salud mental positiva tiene un nivel medio entre los encuestados teniendo a la dimensión de Autocontrol con un 65.71% en su nivel medio.
3. La percepción que se tiene de las habilidades sociales en estudiantes escolares es baja según corresponde, lo que podría significar que hay que fortalecer las habilidades sociales en los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles.

VII. RECOMENDACIONES

1. Seguir realizando Trabajo de investigación sobre el tema en el cual incluya una población mayor relacionados al nivel de Salud Mental positiva y a las Habilidades Sociales en estudiantes de diferentes colegios del Perú.
2. Involucrar a los profesores de la Institución Educativa Sor Ana de los Ángeles para que así se pueda brindar un seguimiento a la salud mental de los estudiantes ya que es importante trabajar diversas metodologías para mejorar sus habilidades sociales.
3. A la dirección del colegio realizar campañas que promuevan la salud mental para que así se pueda realizar un tamizaje entre los estudiantes y padres de familia, y así apoyar a quienes tengan problemas relacionados con las habilidades sociales.

REFERENCIAS

1. Larraguibel, Rojas, Muriel, et al. Revista chilena de Psiquiatría y Neurología de la infancia y Adolescencia. Rev. Chil. Psiquiatr. Neurol. Infancia. Adolesc. Sopenia; 2021. Pag; 12, Vol 1. Impacto de la pandemia por COVID -19 en la salud mental de Preescolares y escolares en Chile.
2. Felman. Salud mental: definición, trastornos comunes, primeras señales y más. Medical News Today [Internet] 2021. [Consultado el 15 marzo]. Disponible en: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/salud-mental>
3. Sarmiento. Salud mental en niños y adolescentes en tiempos de pandemia. [Internet] 2017 [citado el 24 de enero]. Disponible en: [La salud mental escolar desde la perspectiva de profesionales chilenos \(scielo.cl\)](La salud mental escolar desde la perspectiva de profesionales chilenos (scielo.cl))
4. Ministerio de Salud. Emergencia sanitaria por la pandemia de la Covid 19. [Internet] Minsa, 2021. Disponible en: <https://www.minsa.gob.pe/salud-mental/>
5. Jauregui S (2021). Nivel de salud mental positiva y habilidades sociales en estudiantes de enfermería de una universidad pública antes y durante la pandemia COVID-19. Lima 2020 [Internet]. Cybertesis [citado el 10 de 2021]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/16653>
6. León del barco B. Salud mental en las aulas [Internet]. [citado 14 de octubre de 2020]. Disponible en: https://scholar.google.es/citations?user=gpVyd2UAAAAJ&hl=es#d=gs_md_citad&u=%2Fcitations%3Fview_op%3Dview_citation%26hl%3Des%26user%3DgpVyd2UAAAAJ%26citation_for_view%3DgpVyd2UAAAAJ%3Aux6o8ySG0sC%26tzom%3D300
7. Organización Mundial de la Salud. Cuidar nuestra salud mental. 2019 [Internet]; [Citado el 20 de julio]. Disponible en: [#SanosEnCasa – Salud mental \(who.int\)](#)
8. Jahoda. Modelo de Marie Jahoda. 1999 [Internet]. Consultado el 18 de abril. Disponible en: [Marie Jahoda | PDF | Salud mental | Percepción \(scribd.com\)](#)
9. GOMEZ C. Factores psicológicos predictores de estilos de vida saludable [Internet]. scielo. 2018 [citado 4 agosto 2022]. Disponible en:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012400642018000200155&lang=es

10. Chavez, Limaylla, Maza. Funcionabilidad familiar y habilidades sociales en Adolescentes de secundaria de una Institución Educativa publica, 2017. Repositorio de la Universidad Cayetano Heredia. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3566/Funcionabilidad_ChavezFarro_Jocelyn.pdf?sequence=1&isAllowed=y
11. Tacca, Cuarez, Quispe. Habilidades sociales, Autoconcepto y Autoestima en adolescentes peruano de educación secundaria, 2020. Disponible en: <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/224816/Tacca.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
12. Torres, Marcelo; Caballero González, Diego Fabian; Ullon, Eleazar. (2018). Habilidades sociales. Ponencia Mendoza, Dirección URL del informe: <http://tesisenfermeria.bdigital.uncu.edu.ar/12500> .Fecha de consulta del artículo: 04/08/22
13. Martínez-Taboas, A. (2020). Pandemias, COVID-19 y Salud Mental: ¿Qué Sabemos Actualmente? Revista Caribeña de Psicología, 4(2), 143-152. <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4907>
14. Larraguibel, Rojas, et al. (2021). Impacto en la Salud Mental de Preescolares y Escolares Chilenos asociado a la cuarentena por Covid 19. [Internet]. Disponible en: [Determinan el impacto de la cuarentena en la salud mental de preescolares y escolares chilenos - Facultad de Medicina - Universidad de Chile \(uchile.cl\)](https://www.uchile.cl/facultad-de-medicina/revista-de-psicologia-y-salud-mental/preescolares-y-escolares-chilenos-asociado-a-la-cuarentena-por-covid-19)
15. Saavedra R. (2017). Salud mental positiva y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. 2016. Disponible en: [1757.pdf \(unitru.edu.pe\)](https://www.unitru.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/1757.pdf)
16. Ramírez C, Martínez S, Cabrera M, et al (2020). Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia. [Internet]. Disponible en: [Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia \(redalyc.org\)](https://www.redalyc.org/org/articulo/Habilidades-sociales-y-agresividad-en-la-infancia-y-adolescencia)
17. NAVARRO-OBEID, Jorge Eduardo; DE LA HOZ-GRANADILLO, Efraín Javier y VERGARA-ALVAREZ, María Laura. Valoración y tipificación de perfiles de salud mental positiva en confinamiento por la COVID-19. Rev haban cienc méd [online]. 2021, vol.20, n.1, e3441. Epub 10-Mar-2021. ISSN 1729-519X

18. Pinos, Guido. (2020). Cápsula | La Salud Mental Positiva. Recuperado de <https://www.ucuenca.edu.ec/component/content/article/260-espanol/investigacion/blog-de-ciencia/ano-2020/enero-2020/1452-salud-mental?Itemid=437>
19. Ministerio de salud (2005). Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares. [Internet]. Disponible en: [\(1\) MANUAL DE HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES ESCOLARES DIRECCIÓN GENERAL DE PROMOCIÓN DE LA SALUD MINISTERIO DE SALUD PERÚ -2005 | Cecilia Martina Aguirre Laura - Academia.edu](#)
20. Esteves V, Paredes M, Calcina C, Yapuchura S. Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. (2020) [Internet]. Scielo; 11(1). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682020000100016&script=sci_arttext&tIng=pt
21. Murillo S. Salud mental positiva en estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno - 2017 [Licenciada]. Universidad Nacional del Altiplano; 2017. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/6903>
22. CHAU C, VILELA P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco [Internet]. 35.ª ed. LIMA; 2017 [citado 15 octubre 2020]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472017000200001
23. Vivanco V, Saroli A, Caycho R, et al. Ansiedad por Covid - 19 y salud mental en estudiantes universitarios. Revista de investigación en psicología [Internet] 2020; 23 (pg: 197 – 215). Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/19241/16154>
24. Alarcón R. La salud mental de los estudiantes universitarios. [Internet]. Rev. Med. Hered. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v30n4/a01v30n4.pdf>
25. ALMARAZ D, COETO G, CAMACHO E. Habilidades sociales en niños de primaria [Internet]. DIALNET. 2020 [citado 4 agosto 2022]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8103263>

26. Barrera G, Flores G. "Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios". Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación 11, nº 2 (2020): 67-83.
<https://doi.org/10.18175/VyS11.2.2020.4>
27. Núñez Sánchez, Lucía, Romero Valeo, Leticia: "Habilidades sociales en personas con enfermedad mental". Unirevista.es. Nº 2, págs. 22-36 (2017). ISSN 2254-7169
<http://rabida.uhu.es/dspace/handle/10272/14576>
28. Soto-Crofford, C. A., & Deroncele-Acosta, A. (2021). Salud mental positiva en una comunidad de docentes en Ecuador: Array. Maestro Y Sociedad, 18(4), 1633–1654. Recuperado a partir de
<https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5441>
29. Habilidades sociales: definición, tipos, ejercicios y ejemplos [Internet]. NEURONUP. 2022 [citado 4 agosto 2022]. Disponible en:
<https://www.neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-habilidades-sociales/habilidades-sociales-definicion-tipos-ejercicios-y-ejemplos/>
30. Mamani, Garcia, et al. Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno [Internet]. Scielo. 2016 [citado 4 agosto 2022]. Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S221971682016000200001&script=sci_arttext&tIng=pt
31. GOMEZ C. Factores psicológicos predictores de estilos de vida saludable [Internet]. scielo. 2018 [citado 4 agosto 2022]. Disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01240064201800200155&lang=es
32. Torres, Marcelo; Caballero González, Diego Fabian; Ullon, Eleazar. (2018). Habilidades sociales. Ponencia Mendoza, Dirección URL del informe:
<http://tesisenfermeria.bdigital.uncu.edu.ar/12500>. Fecha de consulta del artículo: 04/08/22.
33. Pizarro G, Salazar J. Relacion entre el clima social familiar y habilidades sociales en adolescentes trabajadores que asisten a dos escuelas ublicas de Metropolitana. 2018. [Internet]. Disponible en: [Relación entre el clima social familiar y habilidades sociales en adolescentes trabajadores que asisten a dos](#)

34. Coronado P. (2018). Escalas de medición. [Internet]. Corporación Universitaria Unitec. Disponible en: [\(19\) ESCALAS DE MEDICIÓN | andrea flores - Academia.edu](#)
35. Valdivia T. (2020). Salud mental en estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Continental. Repositorio de la Universidad Continental [Internet]. Disponible en: [IV_FHU_501_TE_Valdivia_Tinoco_2020 \(continental.edu.pe\)](#)
36. Callohuari Q, Challa L. Salud mental positiva relacionada a factores individuales de resiliencia y socialización escolar, adolescentes I.E nacionales del cono sur este. Arequipa. (2018). [Internet]. Disponible en: [ENchlagi.pdf \(unsa.edu.pe\)](#)
37. Flores G. "Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios". Voces y Silencios. Revista Latinoamericana de Educación 11, n° 2 (2020): 67-83. <https://doi.org/10.18175/VyS11.2.2020.4>
38. Enríquez S. El golpe de la pandemia en la salud mental de las y los estudiantes universitarios. [Internet]. Vicerrectoría de asuntos estudiantiles y comunitarios [Citado 25 mayo 2021]. Disponible en : <https://www.uchile.cl/noticias/176250/el-golpe-de-la-pandemia-en-la-salud-mental-de-las-y-los-estudiantes>
39. Anabel R. Salud mental positiva y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería. 2016. Universidad Nacional de Trujillo [Internet]. 3 de marzo de 2017 [citado 4 de enero de 2021]; Disponible en: <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/8641>
40. Restrepo, Cardona, Ovidio. Construcción del concepto de salud mental positiva: revisión sistemática. [Internet]. Scielo. Disponible en: <https://www.scielo.org/pdf/rpsp/2016.v39n3/166-173/es>

ANEXOS “A”

Tabla 5: Operacionalización de la variable SMP

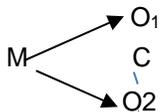
VARIABLE	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES				
	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	ESCALA
Salud Mental Positiva	La salud mental en términos generales, es el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural que garantiza su participación laboral, intelectual y las relaciones para alcanzar un bienestar y calidad de vida.	La salud mental positiva se puede medir mediante el cuestionario de Lluh que consta de 39 ítems, por el cual se evalúan en 6 dimensiones que se medirán en: Alto (118-156) Medio (79-117) Bajo (39-7)	Satisfacción personal	8 ítems (4,6,7,12,14,31,38,39)	Ordinal
			Actitud prosocial	5 ítems (1,3,23,25,37)	
			Autocontrol	5 ítems (2,5,21,22,26)	
			Autonomía	5 ítems (10,13,19,33,34)	
			Resolución de problemas y autoactualización	9 ítems (15,16,17,27,28,29,32,35,36)	
			Habilidades de relación interpersonal	7 ítems (8,9,11,18,20,24,30)	

Tabla 6: Operacionalización de la variable HS

VARIABLES	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES				
	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	ESCALA
Habilidades sociales	Las habilidades sociales son un conjunto de respuestas verbales y no verbales, que puede ser independiente o específicas, de las cuales un ser humano puede expresar un contexto interpersonal según sus necesidades, sentimientos, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva.	La escala de habilidades sociales se puede medir mediante el instrumento de habilidades sociales del Ministerio de Salud que consta de 42 ítems, que se medirán en: Muy bajo (88) Bajo (88-126) Prom. Bajo (127-141) Promedio (142-151) Prom. Alto (152-161) Alto (162-173) Muy alto (174 a mas)	Asertividad	1 al 12 ítems	Ordinal
			Comunicación	13 al 21 ítems	
			Autoestima	22 al 33 ítems	
			Toma de decisiones	34 al 42 ítems	

Tabla 7: Matriz de consistencia

NIVEL DE SALUD MENTAL EN LAS DIMENSIONES POSITIVA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SOR ANA DE LOS ANGELES DEL AÑO 2022

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS Y VARIABLE	METODOLOGÍA
<p>Problema</p> <p>¿Qué relación existe entre la salud mental en sus dimensiones positivas y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021?</p> <p>Objetivos específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> ¿Cuál es el nivel de salud mental en su dimensión positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021?, ¿Cuál es el nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021? 	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación que existe entre la salud mental en sus dimensiones positivas y habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021</p> <p>Objetivos específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> Determinar cuál es el nivel de salud mental en su dimensión positiva en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021 Determinar cuál es el nivel de salud mental en su dimensión habilidades sociales en estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles en tiempos de pandemia del año 2021 	<p>Hipótesis general:</p> <p>hi: existe diferencia estadísticamente significativa entre el nivel de salud mental en las dimensiones positiva y habilidades sociales en estudiantes del 5to de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles</p> <p>ho: No existe diferencia estadísticamente significativa el nivel de salud mental en las dimensiones positiva y habilidades sociales en estudiantes del 5to de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles</p> <p>Variables:</p> <ol style="list-style-type: none"> Salud mental positiva Habilidades sociales 	<p>Nivel de investigación: aplicativo</p> <p>Tipo de investigación: descriptivo, relacional, prospectivo de corte transversal, con un enfoque cuantitativo</p> <p>Método específico: Descriptivo</p> <p>Diseño de investigación: no experimental Descriptivo</p>  <pre> graph TD M --> O1 M --> O2 O1 --- C --- O2 </pre> <p>M: Muestra</p> <p>O₁: Observación de la variable</p> <p>C: Comparación de las variables</p> <p>O₂: Observación de la variable</p> <p>Población: Estudiantes del 5to de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles</p> <p>Muestra: Estudiantes del 5to de secundaria del colegio Sor Ana de los Ángeles</p> <p>Muestreo: No probabilístico</p> <p>Técnicas de procesamiento de datos: Estadística descriptiva e inferencial.</p> <p>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS</p> <p>Técnicas:</p>

			<ul style="list-style-type: none">• Encuesta <p>Instrumento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Cuestionario de salud mental positiva de Lluch• Escala de habilidades sociales de Gismero• Google Foorms
--	--	--	--

ANEXOS "B"

LIBRO DE CODIGOS

1. Datos sociodemográficos

Edad:

2: 14 – 16

1: 17 – 19

Sexo:

2: Masculino

1: Femenino

Secciones:

2: "A"

1: "E"

2. Datos específicos

-Escala de salud mental positiva:

Valores positivos

4: Siempre o casi siempre

3: Con bastante frecuencia

2: Algunas veces

1: Nunca o casi siempre

Valores negativos

1: Siempre o casi siempre

2: Con bastante frecuencia

3: Algunas veces

4: Nunca o casi siempre

-Escala de habilidades sociales:

Respuestas normales

5: Nunca

4: Rara vez

3: A veces

2: A menudo

1: Siempre

Respuestas inversas

5: Nunca

4: Rara vez

3: A veces

2: A menudo

1: Siempre

ANEXOS "D"

ASENTIMIENTO INFORMADO

Hola. Somos estudiantes de la Universidad Cesar Vallejo, estamos cursando el X ciclo, en esta ocasión estamos visitándolos para que nos ayuden con nuestro trabajo de investigación llamado "Nivel de Salud mental en las dimensiones positivas y habilidades sociales en los estudiantes del colegio Sor Ana de los Ángeles del año 2021".

Mi nombre es Andrea Ramos Aldana y el de mi compañera Giuliana Román Carrión, queremos que nos puedan colaborar respondiendo unas breves encuestas para nuestro trabajo de investigación, les voy a dar la información e invitarlos a participar de este estudio de investigación. Puedes elegir si participar o no, hemos discutido esta investigación o apoderados y ellos están al tanto sobre lo que te estamos preguntando. Si deseas participar en la investigación, sus padres o apoderados también tienen que aceptarlo. Pero si no deseas tomar parte en la investigación no tienes por qué hacerlo, aun cuando tus padres lo hayan aceptado. Puedes discutir cualquier aspecto de este documento con tus padres o amigos o cualquier otro con el que te sientas cómodo. Puedes decidir participar o no después de haberlo discutido. No tienes que decidirlo inmediatamente.

Puede que haya algunas palabras que no entiendas o cosas que quieras que te las explique mejor porque estás interesado o preocupado por ellas. Por favor, puedes pedirme que pare en cualquier momento y me tomaré tiempo para explicártelo. El objetivo que queremos lograr con nuestra investigación es determinar el nivel de salud mental en sus dimensiones positivas y habilidades sociales en los escolares. Para poder obtener más información es mejor averiguarla para probarla.

Toda la información que nos proporciones será de manera anónima, en el cual solo responderán 2 encuestas diferentes en el que evaluaremos la salud mental positiva y habilidades sociales de los escolares.

Si deseas participar, te pido que por favor pongas un check en el cuadro de abajo que dice "Si deseo participar en la investigación"

Si no deseas participar, pon un check en el cuadro que dice "No deseo participar en la investigación"



Si deseo participar en la investigación



No deseo participar en la investigación

Firma de la persona que
obtiene el asentimiento

ANEXO "E"
INSTRUMENTOS
SALUD MENTAL POSITIVA DE LLUCH

Edad:

Sección:

Sexo:

Instrucciones:

A continuación, se le presenta una serie de enunciados por favor léalos atentamente y luego responda de forma objetiva y veraz marcando con un aspa (X) en el espacio que usted estime conveniente, utilizando los siguientes criterios.

"S" O "CS": siempre o casi siempre

"BF": con bastante frecuencia

"AV": algunas veces

"N": nunca o casi nunca

Nº	ENUNCIADO	"S" O "CS"	"BF"	"AV"	"N"
1	A mí, me resulta especialmente difícil aceptar a los otros cuando tienen actitudes distintas a las mías				
2	Los problemas me bloquean fácilmente				
3	A mí,..... Me resulta especialmente difícil escuchar a las personas que me cuentan sus problemas				
4	Me gusto como soy				
5	Soy capaz de controlarme cuando experimento emociones negativas				
6	Me siento a punto de explotar				
7	Para mí, la vida es Aburrida y monótona				
8	A mí, Me resulta especialmente difícil dar apoyo emocional				
9	Tengo dificultades para establecer relaciones interpersonales profundas y satisfactorias con algunas personas				
10	Me preocupa mucho lo que los demás piensan de mi				
11	Creo que tengo mucha capacidad para ponerme en el lugar de los demás y comprender sus respuestas				
12	Veó mi futuro con pesimismo				
13	Las opiniones de los demás me influyen mucho a la hora de tomar mis decisiones				
14	Me considero una persona menos importante que el resto de personas que me rodean				

15	Soy capaz de tomar decisiones por mí misma/o				
16	Intento sacar los aspectos positivos de las cosas malas que me suceden				
17	Intento mejorar como persona				
18	Me considero "un/a buen/a psicóloga"				
19	Me preocupa que la gente me critique				
20	Creo que soy una persona sociable				
21	Soy capaz de controlarme cuando tengo pensamientos negativos				
22	Soy capaz de mantener un buen nivel de autocontrol en las situaciones conflictivas de mi vida				
23	Pienso que soy una persona digna de confianza				
24	Me resulta especialmente difícil entender los sentimientos de los demás				
25	Pienso en las necesidades de los demás				
26	Si estoy viviendo presiones exteriores desfavorables Soy capaz de continuar manteniendo mi equilibrio personal				
27	Cuando hay cambios en mi entorno Intento adaptarme				
28	Delante de un problema soy capaz de solicitar información				
29	Los cambios que ocurren en mi rutina habitual Me estimulan				
30	Tengo dificultades para relacionarme abiertamente con mis profesores/jefes				
31	Creo que soy un/a inútil y no sirvo para nada				
32	Trato de desarrollar y potenciar mis buenas aptitudes				
33	Me resulta difícil tener opiniones personales				
34	Cuando tengo que tomar decisiones importantes Me siento muy insegura/o				
35	Soy capaz de decir no cuando quiero decir no				
36	Cuando se me plantea un problema intento buscar posibles soluciones				
37	Me gusta ayudar a los demás				
38	Me siento insatisfecha/o conmigo misma/o				
39	Me siento insatisfecha/o de mi aspecto físico				

LISTA DE EVALUACIÓN DE HABILIDADES SOCIALES

Edad:

Sección:

Sexo:

INSTRUCCIONES

A continuación encontrarás una lista de habilidades que las personas usan en su vida diaria, señala tu respuesta marcando con una X uno de los casilleros que se ubica en la columna derecha, utilizando los siguientes criterios.

N = NUNCA

RV = RARA VEZ

AV = A VECES

AM= A MENUDO

S = SIEMPRE

Nº	HABILIDAD	N	RV	AV	AM	S
1	Prefiero mantenerme callado(a) para evitarme problemas *					
2	Si un amigo (a) habla mal de mí persona le insulto *					
3	Si necesito ayuda la pido de buena manera					
4	Si una amigo(a) se saca una buena nota en el examen no le felicito *					
5	Agradezco cuando alguien me ayuda					
6	Me acerco a abrazar a mi amigo(a) cuando cumple años.					
7	Si un amigo (a) falta a una cita acordada le expreso mi amargura					
8	Cuando me siento triste evito contar lo que me pasa *					
9	Le digo a mi amigo (a) cuando hace algo que no me agrada.					
10	Si una persona mayor me insulta me defiendo sin agredirlo, exigiendo mi derecho a ser respetado					
11	Reclamo agresivamente con insultos, cuando alguien quiere entrar al cine sin hacer su cola *					
12	No hago caso cuando mis amigos (as) me presionan para consumir alcohol					
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla *					
14	Pregunto cada vez que sea necesario para entender lo que me dicen					
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.					
16	No pregunto a las personas si me he dejado comprender *					
17	Me dejo entender con facilidad cuando hablo.					
18	Si estoy "nervioso (a)" trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.					
19	Utilizo un tono de voz con gestos apropiados para que me escuchen y me entiendan mejor *					
20	Expreso mis opiniones sin calcular las consecuencias.					
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.					
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud.					
23	No me siento contento (a) con mi aspecto físico *					
24	Me gusta verme arreglado (a).					
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado (a).					
26	Me da vergüenza felicitar a un amigo (a) cuando realiza algo bueno *					
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.					
28	Puedo hablar sobre mis temores.					
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera *					
30	Comparto mi alegría con mis amigos (as).					
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.					
32	Puedo guardar los secretos de mis amigos (as)					

33	Rechazo hacer las tareas de la casa *					
34	Pienso en varias soluciones frente a un problema.					
35	Dejo que otros decidan por mí cuando no puedo solucionar un problema *					
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones.					
37	Tomo decisiones importantes para mi futuro sin el apoyo de otras personas *					
38	Hago planes para mis vacaciones.					
39	Realizo cosas positivas que me ayudarán en mi futuro.					
40	Me cuesta decir no, por miedo a ser criticado (a) *					
41	Defiendo mi idea cuando veo que mis amigos(as) están equivocados (as).					
42	Si me presionan para ir a la playa escapándome del colegio, puedo rechazarlo sin sentir temor y vergüenza a los insultos.					

NOTA: Los asteriscos (*) son respuestas de valor inverso



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, BECERRA MEDINA DE PUPPI LUCY TANI, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "NIVEL DE SALUD MENTAL EN LAS DIMENSIONES POSITIVA Y HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO SOR ANA DE LOS ANGELES-CALLAO 2021", cuyos autores son ROMAN CARRION GIULIANA PAOLA, RAMOS ALDANA ANDREA CAROLINA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 28.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 07 de Agosto del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
BECERRA MEDINA DE PUPPI LUCY TANI DNI: 07733851 ORCID: 0000-0002-4000-4423	Firmado electrónicamente por: LDEPU9 el 07-08- 2022 11:40:42

Código documento Trilce: TRI - 0398894