UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA.

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Licenciadas en Psicología.

Autor(a)

Katherine Mishel Chicaiza Guerra

Paola Monserrat Zambrano Pruna

Tutor(a)

Ps.Cl. Carmen Suárez, Mg.

AMBATO– ECUADOR

2025

AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Nosotras, Katherine Mishel Chicaiza Guerra y Paola Monserrat Zambrano Pruna declaramos ser autoras del Trabajo de Integración Curricular con el nombre "HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA", como requisito para optar al grado de Licenciadas en Psicología y autorizamos al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, aceptamos que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos por nosotras y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaremos la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, aceptamos que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los 18 días del mes febrero de 2025, firmo conforme:

Autora: Katherine Mishel Chicaiza Guerra
Firma:

Número de Cédula: 1850248889
Dirección: Mocha, Av. 13 de mayo y Neptalí Sancho
Correo Electrónico: kathymchicaiza3@gmail.com
Teléfono: 0998527536

Autora: Paola Monserrat Zambrano Pruna
Firma:

Número de Cédula: 0550005680
Dirección: Latacunga, Locoa Urbanización Santa Elena
Correo Electrónico: paozambrano717@gmail.com
Teléfono: 0969086703

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación "HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA" presentado por, Katherine Mishel Chicaiza Guerra y Paola Monserrat Zambrano Pruna para optar por el Título de Licenciadas en Psicología.

CERTIFICO

Que dicho Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Ambato, 18 de febrero de 2025

Ps.Cl Carmen Estrella Suárez Mendoza Mg

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente Trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciadas en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 18 de febrero 2025

Katherine Mishel Chicaiza Guerra
1850248889

Paola Monserrat Zambrano Pruna
0550005680

APROBACIÓN DE LECTORES

El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA, previo a la obtención del Título de Licenciadas en Psicología , reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Ambato, 11 de marzo de 2025

MSc. Giovanni Sebastián Lascano Arias
LECTOR

Psi. Fo. Jordy Daniel Acurio Mora Mg.
LECTOR

DEDICATORIA

Katherine Mishel Chicaiza Guerra

Dedico este trabajo con amor y gratitud a Dios, quien ha sido mi guía y fortaleza en cada paso. A mis padres, Edison y Esmeralda, por su sacrificio, amor incondicional y enseñanzas, que me han mostrado el valor del esfuerzo y la perseverancia. A mi hermano Fernando, por su apoyo constante y compañía inquebrantable, a mi cuñada Daniela, por su generosidad y cariño, que han hecho de nuestra familia un hogar más cálido, a mi sobrino Haniel, cuya alegría e inocencia me inspiran a seguir adelante, a mi abuelito Rafael, ejemplo de sabiduría y valentía, cuyo legado llevo en mi corazón y por último a mi abuelita María Leonor, que desde el cielo me cuida y guía. Gracias a todos por ser mi refugio, mi fuerza y mi mayor inspiración, este logro es tanto suyo como mío. Los amo con todo mi corazón.

Paola Monserrat Zambrano Pruna

Este trabajo se lo dedico de manera especial a Dios, a mis padres y a mi hermano, que en el transcurso de mi vida supieron inculcar valores y confiaron en mi persona y mis deseos de superación. Depositaron su entera confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento de mi capacidad. En cada obstáculo que se me presentó en esta etapa de mi vida ellos siempre supieron apoyarme y creer que podía dar lo mejor de mí. Es por ellos que soy lo que soy ahora. Los amo con mi vida.

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro más profundo y sincero agradecimiento a Dios, quien ha sido nuestro constante guía, fuerza y fuente de inspiración durante todo este proceso. Sin Su apoyo divino, no habría sido posible superar los desafíos y alcanzar este importante logro. A la Universidad Indoamérica, por brindarnos la oportunidad de ser parte de una institución de prestigio, que nos ha permitido desarrollar nuestras habilidades y adquirir conocimientos fundamentales para nuestro crecimiento académico y profesional. Nuestro agradecimiento especial a nuestro tutor general, MSc. José Miguel Acuña**,** por su generosa dedicación, orientación experta y constante apoyo a lo largo de esta investigación. Su experiencia y compromiso fueron clave para llevar a cabo este proyecto con éxito. A nuestra tutora individual, MSc. Carmen Suárez, le agradecemos profundamente por su paciencia, orientación detallada y por siempre estar dispuesta a brindarnos su apoyo incondicional. Sus consejos y su dedicación fueron fundamentales para perfeccionar cada aspecto de este trabajo. Finalmente, nos gustaría expresar nuestro más sincero agradecimiento a la Unidad Educativa Glen Doman, por permitirnos aplicar nuestro proyecto de tesis en un entorno tan enriquecedor. La oportunidad de llevar a cabo esta investigación en sus instalaciones nos permitió no solo poner en práctica lo aprendido, sino también aprender y crecer como profesional, gracias al apoyo de su personal docente y administrativo, quienes fueron clave en la ejecución del proyecto. A todos ustedes, nuestro más profundo reconocimiento y gratitud por ser parte fundamental de este logro tan significativo en nuestras vidas.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA. II

AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR II

APROBACIÓN DEL TUTOR ..... **Error! Bookmark not defined.**

CERTIFICO ..... **Error! Bookmark not defined.**

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD ..... **Error! Bookmark not defined.**

APROBACIÓN DE LECTORES ..... **Error! Bookmark not defined.**

DEDICATORIA VI

AGRADECIMIENTO VII

ÍNDICE DE TABLAS IX

TEMA: HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA. XI

RESUMEN EJECUTIVO XI

ABSTRACT XII

1. INTRODUCCIÓN. 2

2. MARCO METODOLÓGICO. 12

3. RESULTADOS. 16

3.1 NIVELES DE HABILIDADES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA. 16

3.2 NIVELES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA. 17

3.3 NIVELES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA SEGÚN EL SEXO 17

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS. 22

AGRADECIMIENTO 26

DEDICATORIA 26

ANEXOS. 28

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 16
Tabla 2 17
Tabla 4 19

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Figura 1.....16
Figura 2.....17
Figura 3.....18

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

CARRERA DE PSICOLÓGIA

TEMA: HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA.

AUTORES:

Katherine Mishel Chicaiza Guerra

Paola Monserrat Zambrano Pruna

TUTOR (A):

Mg. Carmen Suárez

RESUMEN EJECUTIVO

Esta investigación se centró en comprender la relación entre los niveles de habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes de una unidad educativa. Se trata de un estudio cuantitativo, con un diseño experimental de corte transversal, con alcance correlacional. Se trabajó con una muestra de 62 adolescentes entre 15 y 18 años, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizaron la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff para la recolección de datos. Los resultados indican que los adolescentes presentan un nivel medio de habilidades sociales y un nivel bajo de bienestar psicológico. Se halló una correlación positiva de 0.79 entre ambas variables, lo que sugiere que, a mayor desarrollo de habilidades sociales, mayor bienestar psicológico. Estos hallazgos refuerzan la importancia de fomentar el desarrollo de competencias sociales en contextos educativos que contribuyan al bienestar psicológico de los adolescentes.

DESCRIPTORES: Adolescencia, Competencia, Estudiante, Habilidades Sociales, Salud Mental.

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: SOCIAL SKILLS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ADOLESCENTS IN A HIGH SCHOOL

AUTORES:

Katherine Mishel Chicaiza Guerra

Paola Monserrat Zambrano Pruna

TUTOR (A):

Mg. Carmen Suárez

ABSTRACT

This research focused on understanding the relationship between the levels of social skills and psychological well-being in adolescents in an high school. It is a quantitative investigation, with a cross-sectional experimental framework, with correlational scope. We worked with 62 adolescents between 15 and 18, selected by non-probabilistic convenience sampling. Gismero's Social Skills Scale (EHS) and Ryff's Psychological Well-Being Scale were used for data collection. The results indicate that adolescents present a medium level of social skills and a low level of psychological well-being. A positive correlation of 0.79 was found between the two variables, suggesting that the greater the development of social skills, the greater the psychological well-being. These findings reinforce the importance of promoting the development of social skills in educational contexts that contribute to the psychological well-being of adolescents.

KEYWORDS: Adolescence, Competence, Mental Health, Student, Social Skills.

HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA

SOCIAL SKILLS AND PSYCHOLOGICAL WELL- BEING IN ADOLESCENTS IN AN EDUCATIONAL UNIT

Autor: Katherine Mishel Chicaiza Guerra
kchicaiza5@indoamerica.edu.ec

Autor: Paola Monserrat Zambrano Pruna
pzambrano10@indoamerica.edu.ec

Tutor: Carmen Esthela Suárez Mendoza
csuarez5@uti.edu.ec

Lector: Jordy Daniel Acurio Mora
jordyacurio@uti.edu.ec

Lector: Giovanni Sebastián Lascano Arias
glascano@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciado/a en Psicología de la Universidad Tecnológica Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

RESUMEN

Esta investigación se centró en comprender la relación entre los niveles de habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes de una unidad educativa. Se trata de un estudio cuantitativo, con un diseño experimental de corte transversal, con alcance correlacional. Se trabajó con una muestra de 62 adolescentes entre 15 y 18 años, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizaron la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Gismero y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff para la recolección de datos. Los resultados indican que los adolescentes presentan un nivel medio de habilidades sociales y un nivel bajo de bienestar psicológico. Se halló una correlación positiva de 0.79 entre ambas variables, lo que sugiere que, a mayor desarrollo de habilidades sociales, mayor bienestar psicológico. Estos hallazgos refuerzan la importancia de fomentar el desarrollo de competencias sociales en contextos educativos que contribuyan al bienestar psicológico de los adolescentes.

Palabras Clave: *Adolescencia, competencia, estudiante, habilidades sociales, salud mental.*

ABSTRACT

This research focused on understanding the relationship between levels of social skills and psychological well-being in adolescents from an educational unit. It is a quantitative study with a cross-sectional experimental design and a correlational scope. The sample consisted of 62 adolescents between the ages of 15 and 18, selected through non-probability convenience sampling. The Social Skills Scale (SSS) by Gismero and the Psychological Well-being Scale (PWS) by Ryff were used for data collection. The results indicate that adolescents present a medium level of social skills and a low level of psychological well-being. A positive correlation of 0.79 was found between both variables, suggesting that greater development of social skills is associated with greater psychological well-being. These findings reinforce the importance of fostering the development of social competencies in educational contexts that contribute to the psychological well-being of adolescents.

Keywords: *Adolescence, competence, student, social skills, mental health.*

Ambato, Ecuador.
Febrero de 2025.

1. INTRODUCCIÓN.

La presente investigación aborda el tema de habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Ambato. Este estudio puede servir como base para futuras investigaciones en el ámbito de la psicología, proporcionando una referencia útil para profundizar en el análisis de estos aspectos en contextos educativos similares.

Se enmarca el área de la psicología clínica, una disciplina que, según la American Psychological Association (2020) se dedica al estudio del desarrollo y el bienestar psicológico de las personas, proporcionando atención continuada e integral en salud mental y conductual.

De acuerdo con Alliant Internacional University (2021) la psicología clínica es una disciplina profesional enfocada en la evaluación, prevención y tratamiento de problemas emocionales, cognitivos y conductuales, incluyendo trastornos psicológicos. Su propósito es promover el bienestar mental de las personas a lo largo de su vida, a través de diferentes abordajes terapéuticos y en distintos niveles de intervención individual, grupal, familiar o comunitario.

Además, este estudio se fundamenta en la teoría sociocultural de Lev Vigotsky, la cual señala que la interacción social influye de manera significativa en la forma en que un individuo se relacionará en el futuro y en los comportamientos que desarrollará en función de su contexto cultural. Este proceso de interacción contribuye a la construcción de identidad para afrontar los desafíos cotidianos (Rodríguez, 2020).

Según Moreno (2022) el desarrollo integral de los adolescentes depende, en gran medida, de los contextos sociales y educativos en los que se desenvuelven. Esta etapa se caracteriza por importantes cambios físicos, cognitivos y emocionales, los cuales influencian en el desarrollo de habilidades sociales y el bienestar psicológico de los adolescentes, población de este estudio.

Desde un enfoque constructivista de Vygotsky, el desarrollo humano y especialmente de los adolescentes, se entiende como un proceso dinámico, social y mediado culturalmente. Las interacciones con otros ya sean pares, docentes o figuras significativas son esenciales para la adquisición de habilidades sociales y el bienestar psicológico. En este marco teórico, las habilidades sociales no se consideran innatas, sino que se desarrollan a través de la participación en el contexto sociocultural y las relaciones interpersonales, particularmente dentro del entorno educativo. El bienestar psicológico se concibe como un estado que se construye activamente a través de la participación en actividades significativas, el logro de metas personales y la calidad de las relaciones sociales (Frías, 2021).

El enfoque de Vygotsky ofrece un marco idóneo para comprender cómo las

habilidades sociales se construyen y desarrollan a través de la interacción con el entorno. Su teoría del constructivismo social, sostiene que el aprendizaje y el desarrollo humano ocurren, en primer lugar, a través de interacciones sociales, para luego ser internalizados como procesos psicológicos individuales (Vygotsky, 1978).

La teoría de Lev Vygotsky destaca la importancia de la interacción social en el desarrollo humano, un aspecto directamente vinculado al bienestar psicológico. Según Vygotsky (1978) "el desarrollo humano no puede entenderse sin referencia a los aspectos sociales y culturales del contexto en el que el individuo vive". Las relaciones interpersonales positivas fomentan el sentido de pertenencia, el apoyo mutuo y la autoestima, elementos esenciales del bienestar psicológico. Ryff y Keyes (1995) afirman que la calidad de las relaciones sociales contribuye significativamente al bienestar al proporcionar un entorno de apoyo emocional que favorece la satisfacción y la realización personal.

Un concepto clave en la teoría de Vygotsky es la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), que describe la distancia entre lo que una persona puede lograr de forma independiente y lo que puede alcanzar con la ayuda de otros. Este proceso no solo favorece el aprendizaje, sino también la resiliencia y la autoconfianza, factores relevantes en el manejo de habilidades sociales y en el bienestar psicológico.

Una vez establecido el marco epistemológico, basado en la teoría de Vygotsky, y desde una perspectiva conceptual, a continuación, se presenta una descripción detallada de las variables de estudio: habilidades sociales y bienestar psicológico, describiendo sus características, importancia y la relación entre ambas en el contexto adolescente. Para ello, se inicia definiendo qué es la adolescencia, ya que esta etapa del desarrollo humano constituye el contexto en el que se desarrolla la presente investigación, lo que permitirá profundizar en su comprensión y relevancia.

Soto (2022) explica que la adolescencia culmina a los 18 años, considerada una etapa de desarrollo y crecimiento que inicia alrededor de los 10 y diversos autores explican el estudio de esta etapa de acuerdo a las fases: adolescencia temprana entre los 10 y 13 años, adolescencia media entre los 14 y 17 años; adolescencia tardía entre los 18 y 21 años. Es así que en la adolescencia se caracteriza por ser un periodo de vulnerabilidad, lo que puede impactar en su salud mental y su interacción social. En la adolescencia media dicha vulnerabilidad se atribuye a diversas causas multifactoriales como cambios físicos y biológicos, interés en las relaciones románticas y sexuales, confusión en la identidad sexual problemas socioeconómicos, sociales y hasta familiares (Gonzales y Molero, 2021).

Según Piaget (1972), la adolescencia, es una etapa del desarrollo, caracterizada por una serie de cambios físicos, emocionales, conductuales y sociales que son fundamentales para la formación de su identidad. En esta etapa, desarrollan la capacidad para pensar de manera abstracta,

lógica y sistemática lo que les permite comprender mejor a los demás, ser más empáticos y tolerantes, resolver problemas de manera más eficaz, contribuyendo así al fortalecimiento de su bienestar y autoestima.

Por su parte, Erickson (1968) recalca que la adolescencia es una etapa fundamental para la búsqueda de identidad, en este proceso los adolescentes exploran diferentes roles con el fin de construir un sentido coherente de sí mismos. A medida que exploran estos cambios y avanzan en este proceso, logran desarrollar una identidad sólida que les otorga un sentido claro de propósito y dirección. Este proceso favorece y promueve el fortalecimiento de las habilidades sociales, experimentadas desde su infancia como la libertad de explorar y asumir responsabilidades sin ser juzgados, desarrollarán una mayor capacidad para relacionarse con los demás de manera positiva, permitiéndoles establecer relaciones sociales saludables.

Asimismo, el desarrollo humano es un proceso dinámico que se ve profundamente influenciado por las interacciones sociales. En este sentido, las habilidades sociales juegan un papel fundamental, ya que permiten a los individuos relacionarse de manera efectiva, resolver conflictos, expresar emociones y construir redes de apoyo. Estas habilidades no solo facilitan la integración en diferentes contextos sociales, sino que también contribuyen al bienestar psicológico, promoviendo un sentido de pertenencia y satisfacción personal (Gismero, 2000).

En cuanto a las habilidades sociales, Gonzales y Molero (2023) las definen como el conjunto de capacidades cognitivas y conductas verbales o no verbales que permiten a una persona a relacionarse de manera efectiva y tomar decisiones adecuadas. Estas habilidades están estrechamente vinculadas al bienestar psicológico, ya que las personas con mayores habilidades sociales suelen ser más exitosos en el logro de sus objetivos, lo que a su vez incrementa su satisfacción y bienestar.

Según Graso (2021), las habilidades sociales tienen que ver con las relaciones sociales, que se van adquiriendo a lo largo del desarrollo del ser humano y que le permiten comportarse de una manera que sea recompensado socialmente, evitando ser ignorado. De esta manera, son efectivas cuando la persona es capaz de percibir y discriminar los estímulos del contexto y elegir la conducta más adecuada a la situación.

Lazarus (1973) propone una lista de conductas que están asociadas a las habilidades sociales con la capacidad para: 1) Decir no; 2) Mantener y terminar conversaciones; 3) expresar sentimientos positivos y negativos; 4) defender derechos; 5) Pedir favores y hacer peticiones.

Estrada et al. (2021) mencionan que los adolescentes enfrentan una presión constante, que influye significativamente en su desarrollo, especialmente en la adaptación a nuevas relaciones sociales, la exigencia académica y la necesidad de pertenencia e identidad. Para afrontar estos desafíos, es fundamental que desarrollen habilidades sociales adecuadas, que les ayuden a gestionar estos cambios de manera

eficaz.

Para Gismero (2022) define a las habilidades sociales como aquellas respuestas verbales o no verbales que permiten expresar necesidades, sentimientos, opiniones, preferencias de manera asertiva respetando la opinión de los demás. Según la autora, estas habilidades se adquieren desde la infancia, no son universales, sino que forman parte de la conducta individual y varían según cada persona o situación. Además, destaca que las conductas asertivas constituyen una habilidad socialmente adecuada que facilita la interacción con los demás.

Para el desarrollo de este estudio, se tomó en consideración la clasificación de las habilidades sociales según E. Gismero, que mide la asertividad y el nivel de habilidades sociales en seis áreas: 1) Autoexpresión en situaciones sociales; 2) Defensa de los propios derechos como consumidor, 3) Expresión3 de enfado o disconformidad 4) Decir no y cortar interacciones; 5) Hacer peticiones; 6) Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto (Gismero, 2022).

Es por esto que resulta primordial recalcar la importancia de las habilidades sociales en la adolescencia, ya que su desarrollo favorece un mejor desarrollo emocional y social en los jóvenes. La consolidación de estas habilidades les permitirá establecer relaciones saludables, manejar adecuadamente los conflictos, y mejorar su autoestima (Lara y Lorenzo, 2023).

En línea con los beneficios, el estudio de Pinos (2021) indica que las habilidades sociales también promueven la empatía, la cooperación y el autoconocimiento, contribuyendo a la prevención de problemas emocionales como la ansiedad o la depresión.

Con respecto a la variable de bienestar psicológico, la OMS (2022), lo describe como un estado en el que la persona es capaz de desarrollar habilidades que le permitan enfrentar el estrés cotidiano, permitiendo desempeñarse de manera productiva y significativa, así como participar de forma activa en diversos contextos.

Sandoval et al. (2017) lo definen como un constructo complejo y multidimensional relacionado con la motivación intrínseca. Este bienestar está vinculado a la experiencia personal de manea positiva e integral, lo que impulsa a la persona a realizar acciones y tomar decisiones que conduzcan en al desarrollo personal, promoviendo un sentido de satisfacción y disfrute personal. De esta manera, el bienestar psicológico no solo se relaciona con la ausencia de malestar, sino con la capacidad de vivir de manera plena y con propósito.

El bienestar psicológico se entiende como aquel estado de pleno funcionamiento que permite a las personas encontrarse en óptimas condiciones para poder desarrollarse de manera adecuada en los diferentes ámbitos de su vida. Es un concepto multidimensional, ya que conlleva dimensiones emocionales, cognitivas, físicas, individuales entre otras (Cueto et

al, 2019).

Para Casiano et al. (2024) se puede entender el bienestar psicológico como la percepción que tiene cada persona sobre distintos aspectos de su vida, como el ámbito familiar, social, laboral, académico, considerando la frecuencia e intensidad con la que experimentan emociones positivas o negativas.

Carol Ryff (1989) quien propone una Escala para evaluar seis dimensiones del bienestar psicológico: 1. Autoaceptación; 1. Dominio del entorno; 3. Relaciones positivas; 4. Propósito de vida; 5. Crecimiento personal; y 6. Autonomía.

Desde este modelo, *la autoaceptación* se interpreta como el tener actitudes positivas hacia sí mismo, conociendo y aceptando las cualidades buenas y malas, mientras se mantienen sentimientos positivos hacia la vida pasada. La dimensión *dominio del entorno*, se refiere a la habilidad de elegir o crear entornos favorables para satisfacer los deseos y necesidades personales. Por otra parte, el modelo presenta que las personas tienen la necesidad de *mantener relaciones sociales estables* y amistades en los que pueda confiar, este tipo de relaciones positivas es un indicador de funcionamiento positivo. Otra dimensión es el *Propósito de vida*, que refiere la necesidad de trazarse metas y definir una serie de objetivos que le permita a las personas dotar su vida de un cierto sentido. La *dimensión crecimiento personal*, evalúa el empeño que se requiere para desarrollar las fortalezas, seguir creciendo como personas y llevar al máximo las capacidades propias.

Por último, *la autonomía* alude a la capacidad para sostener la propia individualidad en diferentes contextos sociales, asentarse en sus propias convicciones y mantener su independencia y autoridad personal. Según Ryff este modelo, estas seis dimensiones son los indicadores de un funcionamiento psicológico óptimo.

Para Suárez y Shuguli (2023) el bienestar psicológico es subjetivo e individualizado, pero en su mayoría convergen en que esta se basa en la aceptación intrapersonal y un manejo adecuado de relaciones interpersonales (Patiño, 2022).

Salomón y Ayala (2021), señalan que el bienestar psicológico es multifactorial en donde los factores más importantes son el apoyo familiar, la autoestima y el ambiente escolar.

Para Rutter (2021) el apoyo familiar constituye una base fundamental, ya que las relaciones positivas y el respaldo emocional proporcionan seguridad, sentido de pertenencia y recursos para afrontar adversidades. La autoestima es esencial, al implicar una valoración positiva de uno mismo que fomenta la confianza personal, la resiliencia y la capacidad de establecer metas, Por último, el ambiente escolar juega un papel determinante, dado que un entorno educativo inclusivo, seguro y estimulante no solo facilita el aprendizaje académico, sino que también promueve habilidades sociales, fortalece la autoestima y contribuye al bienestar psicológico de los estudiantes.

En este sentido, es relevante revisar los datos proporcionados por Organización Mundial de la Salud (OMS), los cuales destacan que la adolescencia es una etapa importante para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, fundamentales para el bienestar psicológico. Sin embargo, la falta de estas habilidades, sumada a factores de riesgo como la presión social, la violencia, el escaso apoyo familiar contribuyen al aumento de trastornos psicológicos en los adolescentes. Según la OMS (2024), el 5,5% de los adolescentes entre 15 y 19 años sufre de ansiedad, el 3,2% depresión y el suicido es la tercera causa de muerte en este grupo etario.

En Ecuador, la salud mental en adolescentes también es una preocupación creciente. Según el Ministerio de Salud Pública uno de cada cinco adolescentes atendidos presenta problemas a nivel emocional, conflictos familiares, trastornos de ansiedad, depresión. En 2023 se registraron 1.201 muertes por suicidio. Las habilidades sociales, que incluyen la capacidad de manejar emociones, establecer relaciones interpersonales y enfrentar conflictos, son clave en el desarrollo del bienestar psicológico que pueden ayudar a prevenir estos trastornos mentales (Ministerio de Salud Pública [MSP], 2024).

A partir de esta información, se profundiza en el estudio de las dos variables a través de antecedentes basados en diversos estudios a nivel marco, meso y micro, que permiten examinar las interacciones entre las variables en distintos contextos.

Vargas y Mazón (2021) realizaron un estudio en México con el objetivo de evaluar las habilidades sociales con un enfoque cuantitativo, en una muestra de 227 jóvenes mexicanos 108 hombres y 119 mujeres utilizando la escala de evaluación de habilidades sociales para adolescentes (EEHSA) la planeación y la toma de decisiones, correspondientes al 55% de la muestra, es la habilidad social menos desarrollada en adolescentes.

De igual forma, Rojas y Pilco (2023) a través de un estudio de tipo cuantitativo de alcance correlacional para medir el nivel de habilidades en una población de 150 adolescentes rusos comprendidos entre 13 y 17 años, utilizando la Escala de Habilidades Sociales, resultados que muestran que el 53% eran de sexo masculino mientras que el 47% restante eran del sexo femenino. En donde se halló que el sexo masculino tiene un nivel superior de habilidades sociales represando en el 48,1% de la muestra, mientras que el sexo femenino puntúa a un nivel superior de habilidades sociales con un 39,4%.

Por su parte, Esteves et al. (2020) mediante una investigación cuantitativa cuyo objetivo fue relacionar la variable habilidad social en 251 adolescentes peruanos en donde aplicaron la escala de habilidades sociales de Gismero, los resultados arrojaron un nivel promedio, correspondiente al 27,9% de la muestra lo que indica que no existe un nivel alto ni un nivel bajo de habilidades sociales en adolescentes.

Andrade et al., (2020) realizaron un estudio con una metodología cuantitativa en 400 adolescentes comprendidos entre 12 y 18 años, pertenecientes a una Unidad

Educativa de Santa Rosa en el departamento de Risaralda – Colombia, donde utilizaron la escala de habilidades sociales de Goldstein en la cual lograron encontrar que el 67,5% de adolescentes posee buenas habilidades sociales, mientras que el 32% de los mismos tiene muy buenas habilidades sociales. Del mismo modo, este estudio arrojó que 9 de cada 10 adolescentes tiene buenas habilidades sociales.

Asimismo, Durán y Naranjo (2024) tomaron en cuenta a 433 adolescentes entre 12 y 17 años pertenecientes a diversas unidades educativas de las 4 regiones del Ecuador, en donde mediante un enfoque cuantitativo y gracias a la aplicación de la Escala de Habilidades Sociales (EHS) pudieron hallar que el 74,1% de los adolescentes puntuaron a un nivel bajo de habilidad social, mientras que el 17,8% mostraron un nivel medio de habilidades sociales.

Un estudio realizado por Barros y Cuadrado (2024) utilizando un diseño no experimental con una modalidad cuantitativa en 220 adolescentes comprendidos en 121 mujeres (55%) y 99 hombres (45%) pertenecientes al cantón Píllaro de la provincia de Tungurahua mediante el uso de la escala de habilidades sociales de Goldstein, encontraron que el nivel habilidad social que prima en dicha población es el normal (46.4%) seguido del nivel bueno (39,1%).

Con relación a los antecedentes sobre bienestar psicológico, se presentan los siguientes estudios previos.

Ovalle (2018) realizó un estudio de metodología cuantitativa, diseño descriptivo, con una muestra de 35 adolescentes japoneses, cuyo objetivo fue encontrar los niveles tanto de bienestar psicológico como de habilidades sociales. Los resultados mostraron que el 60% de los adolescentes puntuaron hacia un nivel medio de bienestar psicológico, mientras que el 40% presentó un nivel bajo. En cuanto a las habilidades sociales, se evidenció que el 70% de los adolescentes obtuvo un nivel bajo, mientras que solo el 30% alcanzó un nivel medio.

Morales y Díaz (2020) realizaron una investigación con metodología cuantitativa en 201 adolescentes de Estados Unidos, cuyo objetivo fue determinar el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes de una escuela utilizando la escala BIEPS-J. Los resultados evidenciaron una tendencia predominante hacia un nivel alto de bienestar, con aproximadamente el 70% de los adolescentes alcanzando puntajes altos en la evaluación global. Además, se observó que el 72% obtuvo altos niveles en el control de situaciones, el 68% en vínculos psicosociales, el 70% en proyecto de vida y el 73% en la aceptación de sí mismo.

Del mismo modo, García et al., (2020) plantearon un estudio cuantitativo en 473 jóvenes pertenecientes a diversas instituciones educativas de Montevideo-Uruguay con el fin de encontrar el nivel de bienestar psicológico en adolescentes, mediante la aplicación de la escala BIEPS-J, de modo que, encontraron percentiles pertenecientes a un nivel medio (41,44%) de bienestar psicológico con una mayor prevalencia en el grupo masculino con el

30,44%.

De igual forma, Soler y García (2021) realizaron una investigación cuantitativa con una muestra de 345 adolescentes venezolanos y argentinos, cuyo objetivo fue medir el bienestar psicológico en dicha población mediante el uso de la escala de bienestar psicológico para adolescentes de Soler. Los resultados mostraron que el 65% de los adolescentes puntuó a niveles medios o adecuados de bienestar psicológico, con una mayor prevalencia en hombres 60% en comparación con mujeres 40%.

Del mismo modo, Sánchez (2020) realizó una investigación con una metodología de tipo cuantitativa con el objetivo de relacionar el bienestar psicológico y las habilidades sociales, en 60 adolescentes peruanos cuyos resultados arrojaron que el 30% de los adolescentes presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, mientras que, el 41,7% puntuaron a un nivel bajo de habilidades sociales. A su vez, se encontró una relación positiva gracias al uso del estadístico Rho de Spearman con un p valor de .760.

Con relación a Ecuador, Suárez y Shungulí (2022) realizaron un estudio con una metodología cuantitativa en una muestra de 62 adolescentes institucionalizados, divididos en unidades educativas de Chimborazo, Cotopaxi y Tungurahua, con edades comprendidas entre 12 y 18 años. Utilizando la escala de bienestar psicológico para adolescentes de Casullo, se halló una prevalencia del 55% en el nivel medio de bienestar psicológico en las dimensiones de acción social e invertir en amigos íntimos, mientras que en las dimensiones de control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales y aceptación de sí mismo se encontró un nivel alto en el 60% de los adolescentes evaluados.

Asimismo, Pérez y Mayorga en 437 adolescentes de una Unidad Educativa del cantón Cevallos de la provincia de Tungurahua, en donde se centraron en encontrar el nivel de bienestar psicológico predominante en jóvenes cevallenses mediante la aplicación de la escala de bienestar psicológico BIEPS-J, donde dicho instrumento arrojó que el nivel medio y alto son los predominantes en adolescentes, con un 33% y 41% respectivamente.

Briones (2021) desarrolló una investigación cuantitativa en 117 adolescentes peruanos pertenecientes a una institución educativa pública con el fin de encontrar una relación entre las habilidades sociales y el bienestar psicológico aplicando la escala de habilidades sociales de Goldstein y la escala de bienestar psicológico de Sánchez, en donde obtuvo resultados que ambas variables se relacionan de manera directa y proporcional con un valor de 5.75, en cuanto a la variable bienestar psicológico se encontró que el nivel predominante es el alto, por su parte, el nivel alto predominó en relación al bienestar psicológico.

A continuación, se mostrará la importancia de este estudio sobre las habilidades sociales y bienestar

psicológico en adolescentes, destacando su relevancia en el desarrollo integral de los jóvenes y su impacto en su adaptación social y emocional.

El presente estudio sobre las habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes surge de la necesidad de comprender la relación entre estos aspectos y su influencia en el desarrollo integral de los jóvenes, en la etapa de la adolescencia las interacciones sociales y la estabilidad emocional desempeñan un papel clave en la construcción de la identidad, la autoestima y la adaptación y a diferentes entornos (Frías, 2021).

La importancia de esta investigación radica en su contribución al conocimiento sobre como las habilidades sociales favorecen el bienestar psicológico y, a su vez, promueven una mejor integración social y académica, en un contexto en donde los adolescentes enfrentan diversos desafíos emocionales y sociales, resulta esencial generar estrategias que fortalezcan su desarrollo personal y su capacidad de afrontar situaciones difíciles.

De manera que este estudio es necesario porque permitirá identificar posibles dificultades en las habilidades sociales de los adolescentes y si impacto en su bienestar psicológico, proporcionando información valiosa para la implementación de programas de intervención y apoyo.

Los principales beneficiarios serán los adolescentes, quienes podrán mejorar sus habilidades sociales y su bienestar psicológico, así mismo padres, docentes y profesionales de la salud mental podrán contar con herramientas fundamentadas para orientar y acompañar a los jóvenes en su proceso de crecimiento y adaptación social.

De manera siguiente se abordará la relevancia de estos factores para el desarrollo integral de los jóvenes, destacando su impacto en la adaptación social, el rendimiento académico y la prevención de dificultades emocionales.

La relevancia de este estudio radica en comprender el adecuado desarrollo de las habilidades sociales, ya que durante la adolescencia se define la personalidad de los individuos, un manejo deficiente de estas habilidades puede dificultar la construcción de relaciones interpersonales saludables y la regulación emocional en distintos entornos, aspectos fundamentales para la adaptación social y el desempeño académico del adolescente, del mismo modo, la ausencia de un bienestar psicológico adecuado puede exponer a los jóvenes a episodios de estrés, ansiedad y otros desafíos emocionales propios de esta etapa de maduración, por ello, resulta esencial analizar estos factores, ya que su influencia es determinante en el desarrollo integral de los adolescentes, favoreciendo su integración social, su rendimiento académico y la prevención.

La necesidad de realizar este estudio se fundamenta en identificar como el desarrollo adecuado de las habilidades sociales influyen en el bienestar psicológico de los adolescentes, ya que

una deficiencia en estas áreas puede afectar su adaptación social, su rendimiento académico y su estabilidad emocional, comprender esta relación permitirá diseñar estrategias de intervención que ayuden a fortalecer sus competencias sociales y prevenir dificultades emocionales (Gómez, 2021).

Del mismo modo, la presente investigación presenta diversos vacíos, entre ellos el vacío de contexto, el cual se refiere a la omisión o falta de información sobre una temática específica dentro del estudio, Este vacío puede originarse por diversos factores, como limitaciones culturales, sociales o científicas, que restringen el acceso a datos relevantes o dificultan su recopilación (Meza y Nascimiento, 2018). Por dicho motivo, este estudio cuenta con un vacío de contexto debido a la falta de información de las variables habilidades sociales y bienestar psicológico en población adolescente en contextos locales como Tungurahua.

La temática abordada en este estudio tiene el potencial de generar un impacto significativo en la población adolescente, especialmente en el contexto educativo. La exploración de las habilidades sociales y el bienestar psicológico de los jóvenes permitirá identificar factores clave que influyen en su desarrollo emocional, social y académico. Al comprender cómo estas competencias afectan su adaptación a entornos sociales y académicos, se podrá ofrecer un enfoque integral para mejorar su bienestar general.

Este enfoque no solo beneficiará a los adolescentes en términos de su salud mental y emocional, sino que también contribuirá a la construcción de un ambiente educativo más inclusivo y adecuado a las necesidades de los estudiantes. La identificación de estrategias de intervención específicas para fortalecer las habilidades sociales y mejorar el bienestar psicológico de los adolescentes permitirá, a su vez, prevenir posibles dificultades emocionales o sociales que puedan surgir en esta etapa crítica de la vida.

Tomando en consideración la información recolectada, se formulan las siguientes preguntas de investigación:

¿Existe relación entre las habilidades sociales y el bienestar psicológico en los adolescentes de una unidad educativa?

¿Cuáles son las dimensiones predominantes de las habilidades sociales en los adolescentes de una unidad educativa?

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en los adolescentes de una unidad educativa?

¿Existen diferencias significativas en el nivel de bienestar psicológico de los adolescentes según su sexo en una unidad educativa?

En función de las preguntas de investigación se plantean los siguientes objetivos:

Objetivo General: Relacionar los niveles de habilidades sociales, niveles de bienestar psicológico y sexo en adolescentes de una Unidad Educativa.

Objetivos Específicos:

A) Estimar los niveles de habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa.

B) Describir el nivel de bienestar psicológico que presentan los adolescentes de una unidad educativa.

C) Describir los niveles de bienestar psicológico según el sexo de los adolescentes de una unidad educativa.

2. MARCO METODOLÓGICO.

El presente estudio se enfoca en el paradigma positivista, tiende a proponer una hipótesis empírica, que luego se apoya o refuta mediante la recogida y el análisis de datos. Los positivistas enfocan la investigación de forma objetiva e investigan estadísticamente la existencia de relaciones cuantitativas entre variables en lugar de buscar la razón cualitativa que subyace a esas relaciones (Webster, 2020).

El paradigma positivista es concebido como todo aquel conocimiento que es precedido en base a la experiencia propia de un sujeto, por consecuente dicho conocimiento está basado en la experiencia del investigador y mediante la observación por parte del mismo tendrá un grado de validación, de igual forma, la característica principal del positivismo es la experimentación con la finalidad de transformar la experiencia en conocimiento científico (Fernández y Vela, 2021).

Asimismo, el paradigma positivista dentro de contextos investigativos también es conocida como paradigma cuantitativo o empírico basado en la lógica observable y objetiva, este une la experiencia del investigador con la teoría científica más la manipulación de variables, esta de igual forma asume una posición científica que aporta al conocimiento y recolección de datos sobre fenómenos observables (Mendoza y Mendoza, 2023).

Las dimensiones fundamentales del paradigma positivista son: *La ontoepistemología* es definida como el origen de todo conocimiento y como este se construye a partir de teorías o hipótesis, para de esta forma corroborar su validez a través de un método de investigación científica, de igual manera, la ontoepistemología contempla la estructura de la investigación así como sus límites (Bejar y Medina, 2021).

La siguiente dimensión tenemos *la metodológica* que, utiliza herramientas cuantitativas como experimentos, encuestas y análisis estadísticos para recopilar y analizar datos de manera objetiva. Estas técnicas buscan establecer relaciones causales y patrones generales (Bryman, 2016).

Por último, la *dimensión que ético-política* hace referencia al comportamiento ético que se maneja durante una investigación en base a la recolección de datos sobre una población determinada con fines científicos, sin que estos sean mal utilizados con fines personales (Ávila, 2024).

La metodología de la presente investigación es cuantitativa, la cual se caracteriza por recolectar y analizar datos, según Hernández et al., (2020), la investigación cuantitativa se fundamenta en el uso de instrumentos estandarizados y técnicas estadísticas que aseguran la precisión de los resultados.

Por su parte, Creswell (2019) señala que

un enfoque cuantitativo es ideal para estudios que buscan generalizar hallazgos a una población mayor, como en el caso del presente trabajo, donde se explora la relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes. El diseño es no experimental, de corte transversal en donde Galarza (2021) lo define como la ausencia de la manipulación de variables, a diferencia de las investigaciones experimentales, estas se encargan de estudiar fenómenos en contextos en específico sin la necesidad de alterar su comportamiento, más bien se centra en la observación y es de corte transversal porque se realiza un tiempo definido con anterioridad.

El alcance de esta investigación es correlacional, enfocado en determinar si existe una relación significativa entre las habilidades sociales y el bienestar psicológico en adolescentes de una Unidad Educativa de la ciudad de Ambato. Este alcance se centra en un análisis estadístico con el objetivo de medir variables y cómo estas se comportan, el uso que se dará a las variables estará determinado por su variabilidad de forma independiente y como esto puede afectar el desarrollo de la variable dependiente (Moscoso et al., 2022).

Mediante el uso del estadístico de correlación de Rho de Spearman, se buscará evaluar la dirección, magnitud y fuerza de la relación entre estas dos variables, sin intervenir directamente sobre ellas.

La muestra estuvo compuesta por adolescentes de primer a tercer año de bachillerato (15 a 18 años) de una unidad educativa en la ciudad de Ambato. Esta población fue seleccionada debido a su relevancia para el estudio, ya que los adolescentes atraviesan un periodo de desarrollo en el que las habilidades sociales y el bienestar psicológico son fundamentales para su adaptación y crecimiento personal. De acuerdo con Muñoz (2020), los adolescentes en estas etapas educativas enfrentan desafíos tanto sociales como emocionales, lo que los convierte en una población ideal para investigar la relación entre estas variables.

Se utilizará un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando a los participantes en función de su disponibilidad y cumplimiento de los criterios establecidos. Según Campos (2021), este tipo de muestreo es adecuado en estudios con muestras significativas para acelerar el procesamiento de datos.

Los criterios de inclusión y exclusión constituyen un aspecto fundamental en el diseño metodológico de este estudio, ya que permiten delimitar la población participante y garantizar la validez de los resultados. Para la selección de los adolescentes se establecieron parámetros que aseguran la relevancia y la homogeneidad de la muestra en relación con los objetivos planteados. En este sentido, los criterios de inclusión son: a) estudiantes que estén cursando de primero a tercer año de bachillerato, b) Alumnos que tengan un período completo por lo menos un año de pertenecer a la Institución c) estudiantes que cuenten con el consentimiento y asentimiento firmado por sus representantes y el estudiante d) estudiantes que tengan la predisposición de participar.

Por otro lado, los criterios de exclusión considerados son: a) estudiantes con diagnósticos previos de trastornos del desarrollo intelectual, b) estudiantes bajo efectos de cualquier sustancia psicoactiva c) estudiantes con algún tipo de NEE, d) estudiantes con antecedentes de pérdida de año.

Estos criterios buscan establecer una muestra representativa y minimizar factores externos que puedan influir en el análisis de la relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico.

Para la recolección de datos en este estudio, se han seleccionado instrumentos estandarizados que garantizan la validez y confiabilidad de las mediciones en las variables de interés. Estas herramientas permiten evaluar de manera precisa tanto las habilidades sociales como el bienestar psicológico de los adolescentes, aspectos fundamentales para comprender las dinámicas entre estas dimensiones. La encuesta sociodemográfica es una herramienta de recolección de datos diseñada para recopilar información sobre las características personales, familiares y sociales de los participantes de un estudio, en este caso se considerarían datos personales como edad, sexo y lugar de residencia, y en contexto educativo el nivel de escolaridad. La Escala de Habilidades Sociales (EHS), desarrollada por Elena Gismero (2000), y la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Carol Ryff (1989).

La Escala de Habilidades Sociales (EHS) evalúa competencias sociales en adolescentes y adultos, como la comunicación, la empatía y la resolución de conflictos. Consta de 33 ítems que se califican en una escala, tipo Likert de 1 a 5, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.88 y por último el puntaje total se compara con los baremos establecidos para determinar el nivel de habilidades sociales: bajo, medio o alto (Gismero, 2000).

Los baremos varían, pero generalmente se dividen en tres niveles: 1. Bajo: dificultades sociales, como ansiedad o pasividad. 2. Medio: habilidades adecuadas, pero con dificultades en situaciones complejas. 3. Alto: dominio de habilidades sociales, capaces de manejar conflictos y relaciones saludables (Gismero, 2000).

La EHS se aplica en adolescentes desde los 12 años, en contextos clínicos, educativos, organizacionales o de investigación. Es autoadministrada y toma entre 15 y 20 minutos. Para calificarla, se suman los puntajes de los ítems y se comparan con los desnudos. También se pueden analizar subescalas específicas. La interpretación de los resultados debe ser realizada por un profesional capacitado Gismero (2000).

La Escala de Bienestar Psicológico (PWB), es un instrumento fundamental para evaluar el desarrollo personal y el estado emocional de los adolescentes. Desarrollada por la psicóloga Carol D. Ryff, esta escala consta de 35 ítems que mide seis dimensiones: autonomía, dominio del entorno, sentido de la vida y crecimiento personal, relaciones positivas con los demás, sentido o propósito en la vida y autoaceptación (Ryff et al., 2007).

El formato de respuesta sigue una escala

tipo Likert, con las siguientes opciones: 1 = Totalmente en desacuerdo, 2 = Moderadamente en desacuerdo, 3= Ligeramente en desacuerdo, 4= Ligeramente de acuerdo, 5= Moderadamente de acuerdo, 6= Totalmente de acuerdo. La escala presenta un coeficiente Alpha de Cronbach de 0.86, lo que refleja su alta confiabilidad.

Para el análisis de datos se utilizó el software Jamovi (versión 2.2.5), una interfaz gráfica de usuario sencilla que permite acceder a una amplia gama de funciones estadísticas y gráficos. Se destaca por ser de fácil uso, lo que permite ser una excelente herramienta para la realización de análisis estadísticos, sin la necesidad de que el usuario conozca el lenguaje de comando, lo que ha convertido en una herramienta ampliamente utilizada en la investigación académica y científica. (Torres, 2019).

De manera complementaria, se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman para analizar la correlación entre las variables de estudio, de manera que estas estadísticas no paramétricas son particularmente útiles cuando las variables se miden ordinalmente o cuando los datos no se ajustan al supuesto de normalidad. El uso de Rho de Spearman garantiza que las conclusiones que extraiga reflejen con precisión las tendencias y relaciones encontradas en los datos que se ha recopilado (Cortés, 2020).

Para garantizar la rigurosidad y validez de este estudio, se han considerado los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2019), así como otras normativas aplicables a investigaciones con seres humanos (Carillo, 2021). En este contexto, se garantizó el respeto a la dignidad, los derechos y el bienestar de los participantes, priorizando su integridad física, emocional y psicológica sobre cualquier interés científico. Además, dado que la investigación involucra adolescentes, se tomaron precauciones adicionales para proteger sus derechos e intereses (Urrutia, 2021).

Se llevó a cabo un proceso de consentimiento informado para garantizar que los padres o tutores legales como los adolescentes comprendan completamente los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios del estudio. En este sentido, el consentimiento del tutor estará acompañado del asentimiento informado del adolescente, quién tendrán la libertad de decidir si desea participar. Asimismo, se enfatizó en su participación voluntaria y que podrán retirarse en cualquier momento, sin consecuencias negativas (Ortiz, 2020).

Para garantizar la confidencialidad, los datos recolectados son anónimos y utilizados exclusivamente para fines académicos. Además, la información personal será resguardada mediante medidas de seguridad adecuadas, y los resultados se presentarán de manera agregada, evitando cualquier posibilidad de identificación individual (Pineda, 2020).

Además, se llevó a cabo una evaluación exhaustiva de los posibles riesgos y beneficios de esta investigación. En este sentido, las pruebas y cuestionarios empleados han sido previamente revisados y aprobados para garantizar, que no generen

efectos negativos en los participantes. Asimismo, se determinó que los beneficios de esta investigación, a nivel individual y social, superen cualquier posible inconveniente, contribuyendo al avance del conocimiento científico y a la mejora de la práctica educativa (Rojas, 2021).

En resumen, este estudio se desarrolló bajo un firme compromiso con los principios éticos, asegurando que cada proceso investigativo se realizara con el mayor respeto por los derechos y el bienestar de los participantes, tal como lo exigen los estándares éticos (Iglesias, 2020).

3. RESULTADOS.

Al finalizar la aplicación de los tests, se presentan los resultados obtenidos a partir de la administración de la Escala de habilidades Sociales (EHS) y del Test de Bienestar Psicológico, en una muestra de 62 adolescentes de entre 15 y 18 años, pertenecientes al bachillerato de una unidad educativa en la ciudad de Ambato. Se observó una paridad en los participantes, con 31 hombres (50%) y 31 mujeres (50%). De este modo, se dará respuesta a los objetivos específicos planteados previamente, finalizando con la respuesta al objetivo general del estudio.

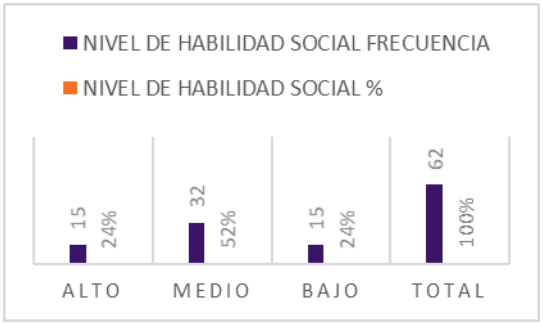
3.1 NIVELES DE HABILIDADES SOCIALES QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA.

A continuación, en la tabla 1, se exponen los resultados de los niveles de habilidades sociales.

Tabla 1
Niveles de Habilidades Sociales

Nivel	Frecuencia	%
Alto	15	24%
Medio	32	52%
Bajo	15	24%
Total	62	100%

Figura 1
Niveles de Habilidades Sociales



De la muestra de 62 adolescentes los resultados indican que el 24% (n=15) presentan un nivel alto de habilidades sociales, por su parte el 52% (n=32) puntuaron a un nivel medio de habilidades sociales y el 24% presentan un nivel bajo (n=15). Estos resultados indican una paridad entre el nivel alto y bajo de habilidades sociales, ambas con un 24% de la muestra, esto quiere decir que la mitad de la muestra posee unas habilidades sociales altas, es decir, este grupo se desarrolla de manera adecuada en la sociedad, por su parte el nivel bajo indica carencias en el desarrollo social. Asimismo, existe mayor prevalencia del nivel medio de habilidades sociales

indicando un desenvolvimiento social.

Un nivel medio de habilidades sociales indica que las personas en este grupo tienen un desempeño social que es adecuado, pero no excepcional. Esto significa que poseen las competencias básicas necesarias para interactuar y relacionarse. Un nivel medio refleja que los individuos son capaces de comunicarse, resolver conflictos, trabajar en equipo y establecer relaciones de manera satisfactoria, pero sin alcanzar los niveles de excelencia que caracterizan a quienes tienen un nivel alto.

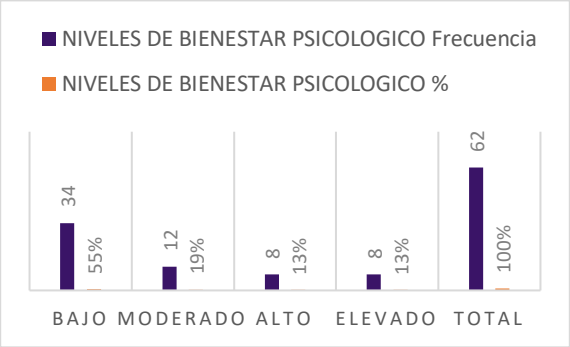
3.2 NIVELES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA.

Asimismo, en la tabla 2 se exhiben los resultados acordes a los niveles de bienestar psicológico que presentan los adolescentes de la unidad educativa.

Tabla 2
Niveles de Bienestar Psicológico

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	34	55%
Moderado	12	19%
Alto	8	13%
Elevado	8	13%
Total	62	100%

Figura 2
Niveles de Bienestar Psicológico



De los 62 participantes evaluados, el 55% (n=34) presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, por su parte, el 19% (n=12) puntuaron a un nivel moderado de bienestar psicológico, el 13% (n=8) presentan un nivel alto y, de igual forma, el 13% (n=8) evidencian un nivel elevado de bienestar psicológico. Los datos arrojados indican una prevalencia del nivel bajo de bienestar psicológico bajo, esto indica que los adolescentes poseen dificultades en la autoexpresión y reconocimiento emocional, por lo que este grupo de personas podrían tener alteraciones en el estado del ánimo y la satisfacción con la vida.

3.3 NIVELES DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTAN LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA SEGÚN EL SEXO.

Tabla 3

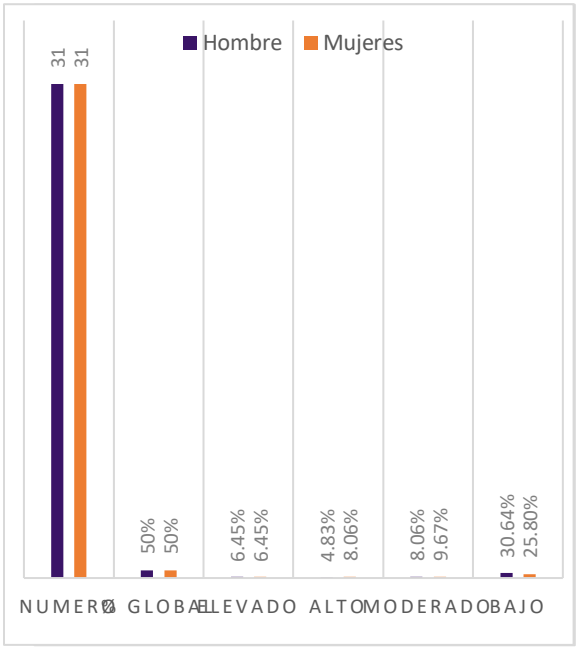
Niveles de Bienestar Psicológico según el sexo

S	N	% global	Elevado	Alto	Moderado	Bajo
H	31	50 %	6,45 %	4,83%	8,06%	30,64%
M	31	50 %	6,45 %	8,06%	9,67%	25,80%

Nota. S: género; N: muestra; H: hombre; M: mujer

Figura 3

Niveles de Bienestar Psicológico según el sexo



En la tabla 3, se presentan los resultados en cuanto a los niveles de bienestar psicológico según el sexo de los participantes, aquí se evidencia una homogeneidad en la muestra ya que el 50% (n=31) corresponde a hombres y el otro 50% (n=31) son mujeres.

Del 50% de hombres, el 30,64% presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, el 8,06% puntuaron a un nivel moderado, el 4,83% tienen un nivel alto y, finalmente, el 6,45% presenta un nivel elevado de bienestar psicológico. Por su parte, del total del 50% de mujeres encuestadas el 25,80% presentan un nivel bajo de bienestar psicológico seguido del 9,67% que puntuaron a un nivel moderado, el 8,06% presentan un nivel alto y el 6,45% un nivel elevado de bienestar psicológico. Como se evidencia en ambos sexos existe una mayor prevalencia del nivel bajo de bienestar psicológico.

En síntesis, la mayoría de hombres y mujeres no cuentan con un desenvolvimiento social adecuado, lo que conlleva a tener dificultad en la interacción y en la relación de manera efectiva con sus pares. Por otro lado, un nivel bajo de bienestar psicológico refleja la dificultad de expresar sus emociones desencadenando en alteraciones del estado del ánimo; el nivel medio hace referencia a una expresión emocional adecuada con ciertos problemas en el reconocimiento de ciertas emociones, un nivel alto indica un bienestar psicológico adecuado a la edad de la persona y, por último, el bienestar psicológico elevado hace referencia a la ausencia de dificultades emocionales, un manejo adecuado de sus sentimientos y a la correcta expresión emocional.

3.4 CORRELACIÓN ENTRE LOS NIVELES DE HABILIDADES SOCIALES Y LOS NIVELES DE BIENESTAR

Tabla 4

Correlación de los niveles de bienestar psicológico y los niveles de habilidades sociales

Variables	Estadístico	EBP	EHS
EBP	Rho de Spearman	1	,799**
	p-value		<,001
EHS	Rho de Spearman	,799**	1
	p-value	<,001	

En la tabla 4 al verificar que el p valúe es menor que 0.05 se determina que la correlación entre las dos variables de habilidades sociales y bienestar psicológico es estadísticamente significativa, por lo tanto, se procede a analizar el coeficiente de correlación de 0.79, mediante el uso del estadístico Rho de Spearman se encontró una relación positiva fuerte, esto indica la relación directa que existe entre ambas variables. Esto quiere decir que cuando un adolescente tenga un adecuado manejo de sus habilidades sociales el nivel de bienestar psicológico aumentará paralelamente a este, sin embargo, un inadecuado manejo de habilidades sociales desencadenará en un nivel insuficiente de bienestar psicológico.

En resumen, el aumento o disminución de una variable afectará a su contraparte, en este caso la variable habilidades sociales afectará a la variable bienestar psicológico.

La tabla presenta los resultados de un análisis de correlación de Spearman entre las variables de BP Y HS.

La correlación (ϱ\rhoϱ) es de 0.799, lo que indica que existe una relación positiva fuerte entre ambas variables, es decir, a medida que una variable aumenta, la otra también tiende a aumentar. Además, el p-valor asociado es menor a 0.001 (<0.001), lo que implica que esta relación es estadísticamente significativa con un nivel de confianza muy alto. Por lo tanto, esto sugiere que la asociación observada entre bienestar psicológico refleja una relación consistente entre estas variables.

En otras palabras, no es una relación inversa (donde una baja y la otra sube), sino que ambas variables se comportan de manera similar: un incremento en Bienestar Psicológico está asociado con un incremento en Habilidades Sociales, y viceversa. Esta correlación refleja que las dos variables están alineadas en su tendencia de cambio.

4 DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Con respecto, a los resultados previamente obtenidos en la presente investigación, se ha comparado con otros estudios relacionados con los objetivos planteados. Cabe destacar que si existe una correlación significativa entre las variables Habilidades Sociales y Bienestar Psicológico.

La investigación de Hurtado, Moreno y Villar (2019) en la institución educativa Enrique Milla Ochoa en Perú señala que el 74.9% de los adolescentes presentan un nivel medio en habilidades sociales, de manera que este resultado es similar a los del presente estudio, en el que se halló que el 52% de la muestra también presenta un nivel medio de habilidades sociales.

Por otra parte, los resultados obtenidos en Habilidades Sociales coinciden con el estudio de Piñares (2019), quién aplicó la escala de habilidades sociales de Elena Gismero y encontró que el 54.7% de los estudiantes presentaban un nivel medio de habilidades sociales. Esto refuerza la idea de que la mayoría de los adolescentes posee un desarrollo moderado en esta área.

Sin embargo, al comparar los niveles de bienestar psicológico con el estudio de Jaramillo (2021), se encontraron divergencias. Jaramillo reportó que el 52% de su muestra presentaba un alto nivel de bienestar psicológico de adolescentes de 18 a 19 años, mientras que, en este estudio, donde la muestra comprende adolescentes de 15 a 18 años, el 55% presenta un nivel bajo de bienestar psicológico, esto sugiere que la edad podría influir en los niveles de bienestar psicológico.

En cuanto a la comparación del bienestar psicológico según el sexo, los resultados difieren de los obtenidos por Velastegui (2024), quine utilizó la escala de bienestar psicológico de Ryff y reportó que los hombres tenían una mayor prevalencia de niveles altos de bienestar psicológico, en cambio, en este estudio, el 30,64% de los hombres presentan un nivel bajo de bienestar psicológico, mientras que solo el 4.83% tiene un nivel alto, lo que sugiere diferencias contextuales o poblacionales.

Además, no se encontraron investigaciones que aplicaran las escalas de bienestar psicológico específicamente en adolescentes de 15 a 18 años, lo que limitó la posibilidad de realizar comparaciones más precisas, del mismo modo la comparación de los niveles de bienestar psicológico según el sexo resultó insuficiente debido a la falta de estudios con enfoques similares.

Así mismo el presente estudio se analizó la relación entre los niveles de habilidades sociales y los niveles de bienestar psicológico en adolescentes de una unidad educativa. Los resultados obtenidos muestran una correlación positiva fuerte entre las dos variables, con un coeficiente de Rho Spearman de 0.79, lo que indica que el desarrollo de habilidades sociales está asociado a un mayor bienestar psicológico.

Estos hallazgos convergen con el estudio de Sánchez (2022) quien identificó una correlación positiva alta entre estas variables en adolescentes de secundaria con residencia estudiantil, dando como resultado un coeficiente de $\rho = 0.760$, así ambos estudios destacan la importancia de fortalecer las habilidades sociales para promover el bienestar psicológico en adolescentes.

Entre las principales limitaciones encontradas en esta investigación está la escasez de estudios previos que analicen la relación conjunta entre habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes. Si bien se halló un estudio que correlaciona ambas variables con resultados convergentes, la falta de mayor evidencia previa dificultó la profundización de los hallazgos.

Otra limitación significativa fue la imposibilidad de aplicar el estudio en instituciones públicas debido a la falta de autorización por parte del distrito, lo cual

limitó la posibilidad de generalizar los hallazgos a una población más diversa.

La presente investigación permitió analizar la relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico en adolescentes, destacando la importancia de estas competencias para su desarrollo integral, si bien se identificaron coincidencias con estudios previos, también surgieron divergencias que sugieren la influencia de factores contextuales y poblaciones, una de las principales limitaciones fue la escasez de investigaciones que abordaran ambas variables de manera conjunta, lo que restringió la comparación de resultados. No obstante, este estudio contribuye al conocimiento sobre la temática y abre camino para futuras investigaciones que profundicen en el impacto de las habilidades sociales en el bienestar psicológico de los adolescentes.

Como recomendación los resultados sugieren la necesidad de implementar estrategias e igualmente programas en la Institución Educativa para poder fomentar el desarrollo de habilidades sociales, y de igual forma podemos así, mejor el bienestar psicológico de los adolescentes; esto beneficiaría a su desarrollo integral, promoviendo así su adaptación y su bienestar emocional en entorno escolar, social y familiar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Alliant International University. (2021). ¿Qué es la psicología clínica? https://www.alliant.edu/blog/what-clinical-psychology

American Psychological Association. (2020). Clinical psychology. https://www.apa.org/ed/graduate/specialize/clinical

Andrade, J., Pérez, R., & Gutiérrez, M. (2020). Habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de Santa Rosa, Colombia. *Revista de Psicología Educativa, 18(2),* 45-61.

Andrade Salazar, y Mendoza Vergara, (2021). Relación entre los conflictos de la adolescencia y las habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Risaralda https ://publicac.a.edu.co /en.pag/pensamientoamer/artículo/vista/385

Araoz, E. G. E., Araoz, M. C. Z., Ramos, N. A. G., & Uchasara, H. J. M. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 40(1),* 74-80. https://www.redalyc.org/journal/559/55971233014/55971233014.pdf

Bahamón, M. J., Alarcón-Vásquez, Y., Cudris Torres, L., Trejos-Herrera, A. M., & Campo Aráuz, L. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica, 38(5). Retrieved from http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/17404

Barcelata Eguiarte, BE y Rivas Miranda, DJ (2020). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios .PAPI ,volumen (número), páhttps://www.sc .sa.cr/scielo.php?pid =S165-2913201&escribir=ciencia

Barros, C., & Cuadrado, L. (2024). Evaluación de habilidades sociales en adolescentes del cantón Píllaro. *Psicología y Desarrollo Juvenil, 12(1),* 33-49.

Bejar, N., & Medina, E. (2021). Competencias ontoepistemológicas en la virtualidad. *Revista Eduweb, 15(2),* 77-85.

Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, AK, Benavides, V. y Villota, N. (2020). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/898/1185

Briones Moya, H. (2021). Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de cuarto grado de secundaria de una institución educativa pública de Túcume . hhttps ://h.h.neto/20.500.12802 /10010

Campos, A. (2022). Comunicación efectiva de la ciencia: ¿qué es y cómo ayuda a los científicos a mejorar su carrera y cumplir objetivos de impacto social? Revisión de la literatura. *Hipertext.net, (24),* 23-39.

Carrasco Marroquín (2020). Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7 meses. ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015 . hhttps

://h.h.neto/20.500.12692 /24631

Casullo M, (2020) Adolescentes de Trujillo. Revista CIENCIA Y TECNOLOGÍA, 12(4), 101-112. Recuperado a partir de https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1518

Casiano Carranza, J. L., Márquez Gómez, J. O., & Cardoso Jiménez, D. (2024). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios del sur del Estado de México. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo, 15(29).* https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2046

Cortez Vidal, M. (2017). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. Revista CIENCIA Y TECNOLOGÍA, 12(4), 101-112. Recuperado a partir de https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1518

Cueto, M., Brown, T. M., & Fee, E. (2019). *The World Health Organization: A History.* Cambridge University Press.

Durán, S., & Naranjo, P. (2024). Habilidades sociales en adolescentes ecuatorianos: Un análisis de las 4 regiones. *Investigación Psicológica en Ecuador, 9(1),* 14-29.

Elizabeth, M. F. L. (2019, 1 febrero). Acoso escolar y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa estatal de San Juan de Miraflores. https://hdl.handle.net/20.500.13067/730

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis.* W. W. Norton & Company.

Esteves, M., Rojas, P., & Pilco, G. (2020). Análisis de habilidades sociales en adolescentes peruanos. *Revista Latinoamericana de Psicología Social, 20(3),* 51-68.

Fernández Altamirano, A. E. F., & Vela Meléndez, L. (2021). Los paradigmas y las metodologías usadas en el proceso de investigación: una breve revisión.

Galarza (2021). Diseños de investigación experimental. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica, 10(1),* 1-7.

García, A., Pérez, J., & Sánchez, M. (2020). Bienestar psicológico en adolescentes de Montevideo. *Revista Uruguaya de Psicología Juvenil, 5(2),* 77-93.

García, Álvarez, Soler, y Cobo Rendón(2020). bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. file:///c:/users/pc/downloads/dialnet-bienestarpsicologicoenadolescentesrelacionesconaut-7773083.pdf

García Álvarez, D., & Hernández-Lalinde, J. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico . hhttps ://bonga.uni.edu.co/elementos/67-9aab - 4055-9b-83c7f44ac656

Gismero, E. (2000). *Evaluación de las habilidades sociales en adolescentes: Un enfoque práctico.* Ediciones Pirámide.

Gismero González, E. (2002). *Manual de Escala de Habilidades Sociales.* Madrid: TEA Ediciones.

Gonzales, L., & Molero, R. (2021). Factores psicosociales en la adolescencia: Una revisión teórica. *Revista de Psicología Clínica y Social, 9(1),* 55-70.

Gonzales, L., & Molero, R. (2023). Habilidades sociales y toma de decisiones en la adolescencia. *Psicología y Sociedad, 11(2),* 29-45.

González Moreno, A., & Molero Jurado, M. D. M. (2023). Recursos de intervención para trabajar las habilidades sociales con adolescentes: Revisión sistemática cualitativa. *Revista mexicana de investigación educativa, 28(98),* 863-886.

Grasso-Imig, P. (2021). Habilidades Sociales: breve contextualización histórica y aproximación conceptual. *Revista ConCiencia EPG, 6(2),* 82-97. https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.6

Hugo, M. S. H. (2019). Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de secundaria de la Institución Educativa Enrique Milla Ochoa, Los Olivos 2018. https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/428

Jaramillo, K. (2021). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de universidades públicas de Quito (Tesis de pregrado). https://repositorio.puce.edu.ec

Juárez., & Fiorella, Y. C. J. (2023). Bienestar psicológico y habilidades sociales en adolescentes de secundaria con residencia estudiantil, Ucayali, 2022. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/114209

Llamazares García, A., & Urbano Contreras, A. (2021). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes: El papel de variables familiares y escolares . *RevistaRevista Cardenal Cisneros de Psicología y Educación , 12(2), 75https ://revi.tarjeta.es/artículo /vista /4801

Pinto, FJ y Bezerra de Medeiros, CR (2020). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia . *ReRevista Argentina de Ciencias del Comportamiento ,https ://www.ciencia.org.ar /ciencia.ph?pid=S185-7310201500020000&script

Ramírez Aliaga, AV (2020). Bienestar psicológico en adolescentes de un colegio en el distrito del Rímac . Repositorio de la Universidad San Ignacio de Loyola .https://repositorio.usil.edu.pe/entidades/publicacion/7e502977-4cc8-4c42-86b2-3d62bf7127cf

Rojas Cuastumal, VA (2020). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes . Revista Latinoamericana de Investigación en Educación , 9 (1). https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/529

Solórzano-Gonzales, P. (2020). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños . https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985489

Tacca Huamán, DR, Cuarez Cordero, R., & Quispe Huaycho, R. (2020). Habilidades sociales, autoconcepto y autoestima en adolescentes peruanos de educación secundaria. https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/3496/Daniel%20Ruben%20Tacca%20Huaman_Renzo%20Cuarez%20Cordero_Roberto%20Quispe%20Huaycho_Arti

culo_International%20Journal%20of%20Sociology%20of%20Education_spa_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Torres Díaz, S. E., Hidalgo Apolo, G. A., & Suarez Pesántez, K. V. (2020). Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. Horizontes. Revista De Investigación En Ciencias De La Educación, 4(15), 267–276. https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i15.114

Urbano Reaño, EY (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes. Horizonte de la Ciencia, 12 (22), 253-262. https://doi.org/10.29166/catedra.v2i2.1594

Vielma Rangel, J., & Alonso, L. (2021). El estudio del bienestar psicológico subjetivo: Una breve revisión https://www.redalyc.org/pdf/356/35617102003.pdf

Viera Vera, S. A. (2022). Análisis comparativo del bienestar psicológico en estudiantes de instituciones privada y fiscomisional. Ecuador: Ambato. https://repositorio.puce.edu.ec/items/c1124dac-6548-4db6-a69b-f7c30b037dd3

Zavala Carnesella, M. (2020). Estilos de crianza y bienestar psicológico en adolescentes de colegios estatales de Lima Metropolitana .Repositorio Académico de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). httpshttps ://rep.upc.ed.pag/a/10757 /652044

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro más profundo y sincero agradecimiento a Dios, quien ha sido nuestro constante guía, fuerza y fuente de inspiración durante todo este proceso. Sin Su apoyo divino, no habría sido posible superar los desafíos y alcanzar este importante logro. A la Universidad Indoamérica, por brindarnos la oportunidad de ser parte de una institución de prestigio, que nos ha permitido desarrollar nuestras habilidades y adquirir conocimientos fundamentales para nuestro crecimiento académico y profesional. Nuestro agradecimiento especial a nuestro tutor general, MSc. José Miguel Acuña**,** por su generosa dedicación, orientación experta y constante apoyo a lo largo de esta investigación. Su experiencia y compromiso fueron clave para llevar a cabo este proyecto con éxito. A nuestra tutora individual, MSc. Carmen Suárez, le agradecemos profundamente por su paciencia, orientación detallada y por siempre estar dispuesta a brindarnos su apoyo incondicional. Sus consejos y su dedicación fueron fundamentales para perfeccionar cada aspecto de este trabajo. Finalmente, nos gustaría expresar nuestro más sincero agradecimiento a la Unidad Educativa Glen Doman, por permitirnos aplicar nuestro proyecto de tesis en un entorno tan enriquecedor. La oportunidad de llevar a cabo esta investigación en sus instalaciones nos permitió no solo poner en práctica lo aprendido, sino también aprender y crecer como profesional, gracias al apoyo de su personal docente y administrativo, quienes fueron clave en la ejecución del proyecto. A todos ustedes, nuestro más profundo reconocimiento y gratitud por ser parte fundamental de este logro tan significativo en nuestras vidas.

Katherine Chicaiza y Paola Zambrano

DEDICATORIA

Dedico este trabajo con todo mi amor y gratitud en primer lugar a Dios, quien ha sido mi guía y fortaleza en cada paso de este camino, a él le debo cada oportunidad, cada aprendizaje y cada bendición que me ha permitido llegar hasta aquí, su amor infinito me ha sostenido en los momentos más difíciles y su luz ha iluminado mi sendero cuando el miedo intentaba detenerme. Del mismo modo dedico este logro a las personas más importantes de mi vida. A mis padres, Edison y Esmeralda, quienes, con su amor incondicional, sacrificio y esfuerzo constante, me han enseñado el verdadero valor del trabajo arduo y la perseverancia, gracias por siempre estar a mi lado, por creer en mi incluso cuando yo misma dudaba, no hay palabras suficientes para agradecerles por cada desvelo, cada consejo y cada abrazo que me ha dado fuerzas para seguir adelante, ustedes son mi ejemplo más grande de amor y dedicación, y todo lo que soy se lo debo a ustedes. A mi hermano Fernando, quien ha estado a mi lado en cada paso de este viaje, brindándome apoyo, palabras de aliento y compañía, tu lealtad y amor fraternal han sido me refugio en los momentos difíciles, y tu alegría a iluminado mis días, compartir este camino contigo ha hecho todo más llevadero, y valoro cada recuerdo que hemos construido juntos.

A mi cuñada Daniela, por su generosidad, por ser un pilar de estabilidad en nuestra familia y por el cariño que siempre nos ofreces, tu bondad y apoyo constante han hecho de nuestro hogar un lugar más cálido y lleno de amor, gracias por tu paciencia, comprensión y por sumarle felicidad a nuestras vidas. A mi sobrinito Haniel, cuya alegría, inocencia y ternura me inspiran cada día a seguir adelante, tus risas y abrazos iluminan mis días, recordándome la importancia de luchar por un futuro mejor, eres mi motivación más pura, el sueño que quiero proteger y deseo que este logro te inspire a perseguir tus sueños, verte crecer es una de mis mayores alegrías, y espero algún día te sientas tan orgulloso de mí como yo lo estoy de ti. A mi abuelito Rafael, por ser una figura fundamental en mi vida, por tu amor, sabiduría y fortaleza, que me han acompañado siempre, eres el ejemplo de valentía y constancia que llevo en mi corazón, tus historias y enseñanzas son tesoros que guardaré por siempre y cada paso que doy es un homenaje a tu legado, Y finalmente, a mi querida abuelita María Leonor, quien desde el cielo me sigue cuidando y guiando, aunque no estás físicamente conmigo, siento tu presencia y tu amor eterno en cada paso que doy, este logro es tanto mío como tuyo, porque sé que sigues protegiéndome desde el cielo y cada momento que vivo te lo dedico con todo mi corazón, te extraño con cada latido, y tu recuerdo me da fuerzas cuando más lo necesito, tu amor ha dejado una huella imborrable en mi vida, y seguiré honrándote con cada meta que alcance. A todos ustedes, que han sido mi fuerza, mi refugio y mi inspiración, solo puedo decirles gracias. Gracias por creer en mí, por no dejarme caer, por amarme de una manera tan incondicional que no hay logro suficientemente grande para retribuirlo, este triunfo no es solo mío, es nuestro, porque sin ustedes nada de esto habría sido posible. Los amo con toda mi alma, y cada paso que doy es para honrar el amor que me han dado. Este logro es un pedacito de mi corazón que les entrego a todos ustedes, con toda mi gratitud y amor eterno.

Katherine Chicaiza

Este trabajo se lo dedico de manera especial a Dios, a mis padres y a mi hermano, que en el transcurso de mi vida supieron inculcar valores y confiaron en mi persona y mis deseos de superación. Depositaron su entera confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento de mi capacidad. En cada obstáculo que se me presentó en esta etapa de mi vida ellos siempre supieron apoyarme y creer que podía dar lo mejor de mí. Es por ellos que soy lo que soy ahora. Los amo con mi vida.

Paola Zambrano

ANEXOS.

https://drive.google.com/drive/folders/1i9ZnFRGFYaF9cIKZjzo6y-koWBVENpXu