



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL

ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL



**HABILIDADES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA
I.E.S. COMERCIAL N°45 EMILIO ROMERO PADILLA, PUNO-
2022**

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. SHANIRA MAGALY CONDORI HUALPA

Bach. YESSICA SOLEDAD ACEITUNO CUNO

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL

PUNO - PERÚ

2023



NOMBRE DEL TRABAJO

HABILIDADES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA PROCRASTINACION ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.S. COM

AUTOR

SHANIRA MAGALY CONDORI HUALPA

RECUENTO DE PALABRAS

31466 Words

RECUENTO DE CARACTERES

179544 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

132 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

3.2MB

FECHA DE ENTREGA

Aug 24, 2023 6:45 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Aug 24, 2023 6:47 AM GMT-5

● **18% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 15% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 13% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)


Dra. Beatriz Vilma Mamani Moron
DOCENTE
Facultad de Trabajo Social
UNA - PUNO


Dra. Isabel C. Hito Montaña
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN
FTS - UNA

Resumen



DEDICATORIA

Su amor y dedicación han sido el motor que me impulsa a superarme cada día, me han enseñado a perseguir mis sueños y a esforzarme por alcanzar mis metas. Por ello, dedico este estudio de investigación:

A mis queridos padres, José Condori y Marina Hualpa, por estar a mi lado en cada logro, brindándome palabras de aliento y motivación. Su perseverancia y dedicación han sido ejemplos constantes, reconozco y valoro los sacrificios que han hecho por mí para lograr alcanzar esta meta tan importante.

A mi hermano José, por demostrarme que el esfuerzo, la disciplina y la perseverancia son fundamentales para alcanzar el éxito y por estar siempre dispuesto a compartir sus conocimientos, brindándome apoyo y motivación. Gracias por ser un buen ejemplo para mí.

A mi hermano Jhasmani, por ser mi confidente y mi mejor amigo, por demostrarme una capacidad para enfrentar los desafíos con determinación por su madurez y fortaleza que me inspiraron a cumplir esta meta.

A la persona que ha elegido estar a mi lado en cada paso del camino de mi vida, Ismael, por su cariño, comprensión y paciencia, por brindarme su apoyo emocional, intelectual y práctico, por su habilidad para desafiarme intelectualmente y motivarme a superar mis propios límites. Tu capacidad de superación, logros, voluntad de aprender y tu curiosidad incansable son una fuente de admiración para mí.

Shanira M. Condori H.



A Dios por guiarme en cada etapa de mi vida, por dotarme de fortaleza y paciencia para continuar en este arduo camino, asimismo, por darme la oportunidad de llegar hasta este momento.

A mi querida madre, Sofia Esperanza Cuno Sucasaca, por manifestarme su amor incondicional y su esfuerzo desmedido en todo el proceso de mi vida, sobre todo por hacerme una persona de bien con valores y principios.

A mi querido padre, Agripino Aceituno Calsin, por estar presente y siempre alentarme a ser una mejor persona, y enseñarme a continuar pese a las dificultades y caídas que pueda tener.

A mi apreciado hermano Angel Cahui Cuno y a su esposa Mirella Vilca Yana, por brindarme consejos y sobre todo por su apoyo emocional en los momentos más difíciles de mi vida.

A mi compañero de vida Ronald Apaza, por brindarme palabras de aliento y acompañarme en cada momento de mi vida universitaria.

Y. Soledad Aceituno C.



AGRADECIMIENTO

*Queremos agradecer a **Dios** por todas las bendiciones, oportunidades y desafíos que has puesto en nuestro camino. Por su amor incondicional y su guía constante que nos han sostenido en momentos de alegría y dificultad. Cada desafío ha sido una oportunidad para crecer, aprender y fortalecer nuestra fe y resiliencia.*

*Agradecemos a nuestra asesora de tesis a la **M.Sc. Beatriz Vilma Mamani Maron** por su dedicación, guía y apoyo a lo largo de nuestro proceso de tesis, también por su profundo conocimiento, paciencia incansable y voluntad de compartir sus sabias perspectivas, sus comentarios y sugerencias que han enriquecido nuestra investigación y han sido fundamentales para el desarrollo de nuestras ideas.*

*A nuestros jurados **D. Sc. Patricia Correa Charaja, Mg. Jose Wilfredo Andia Bobadilla** y **Mg. Lourdes Lacuta Sapacayo**, expresamos nuestro más sincero agradecimiento por su tiempo, dedicación y compromiso con la excelencia académica y su disposición a compartir su sabiduría han enriquecido significativamente nuestro proceso de aprendizaje y crecimiento. Valoramos profundamente sus comentarios constructivos y sus perspicaces observaciones.*

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a la Institución Educativa Secundaria Comercial N°45 “E.R.P.” por su invaluable colaboración y apoyo, nuestra gratitud se extiende a cada uno de los docentes, administrativos y estudiantes que participaron en el proceso de recolección de datos. Su tiempo, cooperación y colaboración desinteresada han sido esenciales para el éxito de nuestra investigación.

Shanira M. Condori H.

Y. Soledad Aceituno C.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 12

ABSTRACT..... 13

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 16

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA..... 21

1.2.1. Problema general 21

1.2.2. Problemas específicos..... 22

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN 22

1.3.1. Hipótesis general 22

1.3.2. Hipótesis específicas..... 22

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO 23

1.5. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN 25

1.5.1. Objetivo general 25

1.5.2. Objetivos específicos 25



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	26
2.1.1. A nivel internacional	26
2.1.2. A nivel nacional.....	28
2.1.3. A nivel local	31
2.2. MARCO TEÓRICO.....	35
2.2.1. Habilidades sociales	35
2.2.2. Para que sirven las habilidades sociales	40
2.2.3. Tipos de habilidades sociales	41
2.2.7.1. Habilidades sociales básicas	41
2.2.3.1. Habilidades sociales avanzadas.....	45
2.2.3.2. Habilidades sociales de planificación	47
2.2.4. Teoría del aprendizaje social	49
2.2.5. Teoría de la interacción social.....	52
2.2.6. Procrastinación	55
2.2.7. Procrastinación académica	56
2.2.7.2. Autorregulación académica.....	59
2.2.7.3. Postergación de actividades	61
2.2.8. Causas de la procrastinación	63
2.2.9. Teoría motivacional.....	64
2.3. MARCO CONCEPTUAL	66



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	71
3.2. TIPO Y MÉTODO DE ESTUDIO.....	71
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOJO DE DATOS.....	72
3.3.1. Técnica de recolección de datos	72
3.3.2. Instrumentos de recolección de datos.....	72
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO.....	73
3.4.1. Población	73
3.4.2. Muestra.....	74
3.5. PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO.....	76
3.5.1. Baremación o escala de valoración	76

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	78
4.1.1. Resultado para el objetivo específico 1.....	78
4.1.2. Resultado para el objetivo específico 2.....	84
4.1.3. Resultado para el objetivo específico 3.....	90
4.1.4. Resultado para el objetivo general	96
4.2. COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS.....	98
4.2.1. Prueba de hipótesis especifica 1.....	98
4.2.2. Prueba de hipótesis especifica 2.....	99



4.2.3.	Prueba de hipótesis específico 3	100
4.2.4.	Prueba de hipótesis general	101
V.	CONCLUSIONES.....	103
VI.	RECOMENDACIONES	105
VII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	107
ANEXOS.....		118

Área: Desarrollo humano y calidad de vida

Tema: Habilidades sociales y educación

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 28 de agosto del 2023



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Estudiantes matriculados	74
Tabla 2 Muestra seleccionada de los estudiantes.....	75
Tabla 3 Cuadro de valoración de la variable X.....	76
Tabla 4 Cuadro de valoración de la variable Y.....	76
Tabla 5 Escucha activa y procrastinación académica	78
Tabla 6 Asertividad y procrastinación académica	80
Tabla 7 Etiqueta social y procrastinación académica	81
Tabla 8 Validación emocional y procrastinación académica.....	84
Tabla 9 Interacción social y procrastinación académica.....	86
Tabla 10 Regulación emocional y procrastinación académica	87
Tabla 11 Resolución de problemas y procrastinación académica	91
Tabla 12 Toma de decisiones y procrastinación académica	92
Tabla 13 Habilidades sociales y procrastinación académica	96
Tabla 14 Prueba de correlación de las habilidades sociales básicas y procrastinación académica.....	99
Tabla 15 Prueba de correlación de las habilidades sociales avanzadas y procrastinación académica.....	100
Tabla 16 Prueba de correlación de las habilidades sociales de planificación y procrastinación académica	101
Tabla 17 Prueba de correlación de las habilidades sociales y procrastinación académica	102



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

IES	: Institución Educativa Secundaria
EPA	: Escala de Procrastinación Académica
EHS	: Escala de Habilidades Sociales
COVID 19	: Enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2
UNA	: Universidad Nacional del Altiplano
ONU	: Organización de las Naciones Unidas
UNICEF	: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
OCDE	: Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos
UE	: Unión Europea
SPSS	: Plataforma de software estadístico
DREP	: Dirección Regional de Educación Puno
UGEL	: Unidad de Gestión Educativa Local
MINEDU	: Ministerio de Educación



RESUMEN

El presente estudio de investigación titulado “Habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022”, tuvo como objetivo general: Determinar la incidencia de las habilidades sociales en la procrastinación académica. Se planteó como hipótesis general: Las habilidades sociales inciden significativamente en la procrastinación académica. La metodología se estructuró bajo un enfoque cuantitativo. El diseño de la investigación fue no experimental, con un alcance descriptivo-correlacional de corte transversal, empleando un método hipotético-deductivo. La muestra estuvo conformada por 278 estudiantes de una población universo de 995 estudiantes. Para la aplicación de los instrumentos se utilizó el cuestionario de escala tipo Likert. Los datos recopilados fueron procesados en el software Microsoft Excel y el programa SPSS V. 25. Los resultados obtenidos indican que existe una relación significativa entre las habilidades sociales y la procrastinación académica, con una correlación de Rho Spearman = -0.545, lo que significa que existe una correlación inversa moderada. Además, se evidencia la relación significativa entre las habilidades sociales básicas y la procrastinación académica, con una correlación de Rho Spearman = -0,386. Asimismo, se observa una correlación entre las habilidades sociales avanzadas y la procrastinación académica, con una correlación de Rho Spearman = -0,471. Por último, las habilidades sociales de planificación y la procrastinación académica muestran una correlación inversa media de Rho Spearman = -0.536. Con un valor de significancia $p= 0.000, < 0.05$.

Palabras claves: Habilidades sociales, procrastinación académica y postergación.



ABSTRACT

The present research study entitled "Social skills and their incidence in academic procrastination in students of the I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022", had as general objective: To determine the incidence of social skills in academic procrastination. The general hypothesis was stated as follows: Social skills have a significant impact on academic procrastination. The methodology was structured under a quantitative approach. The research design was non-experimental, with a cross-sectional descriptive-correlational scope, using a hypothetical-deductive method. The sample consisted of 278 students out of a universe population of 995 students. A Likert-type scale questionnaire was used for the application of the instruments. The data collected were processed in Microsoft Excel software and SPSS V. 25. The results obtained indicate that there is a significant relationship between social skills and academic procrastination, with a correlation of Rho Spearman = -0.545, which means that there is a moderate inverse correlation. In addition, there is evidence of a significant relationship between basic social skills and academic procrastination, with a correlation of Rho Spearman = -0.386. Likewise, a correlation is observed between advanced social skills and academic procrastination, with a correlation of Rho Spearman = -0.471. Finally, social planning skills and academic procrastination show a mean inverse correlation of Rho Spearman = -0.536. With a significance value $p = 0.000, < 0.05$.

Key words: Social skills, academic procrastination and procrastination.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Las habilidades sociales, en su esencia, permiten a las personas interactuar y comunicarse de manera efectiva con su entorno social. Un desarrollo deficiente de estas habilidades puede tener un impacto negativo en las relaciones interpersonales y en la confianza en uno mismo.

En este sentido, en el ámbito académico, el deficiente desarrollo de habilidades sociales es un problema que afecta a muchos estudiantes, lo cual puede conducir a que la procrastinación académica se practique con frecuencia, si una persona carece de habilidades sociales sólidas, tendrá menos oportunidades de entenderse y comunicarse efectivamente con los demás. En consecuencia, esa persona puede ser percibida como un problema dentro de un grupo, mostrando comportamientos agresivos y conflictivos. Estas actitudes pueden llevar a que la persona sea rechazada por los demás, lo que dificulta su capacidad para interactuar de manera adecuada en la sociedad y desarrollarse de forma normal (Parra, 2018, p.28).

Por otra parte, Quant y Sánchez (2012) plantean que la procrastinación académica se considera como una conducta repetitiva que consiste en posponer de manera voluntaria, las tareas que deben ser presentadas en un plazo establecido. Al mismo tiempo mencionan que la procrastinación está relacionada con algunas conductas como; la desorganización, ansiedad, depresión y baja autoestima. Entonces la procrastinación académica se refiere a la tendencia de posponer las tareas y responsabilidades académicas, lo que puede conducir a un bajo rendimiento académico, así como generar sentimientos de ansiedad y acumulación del estrés.



Como resultado, los estudiantes podrían tener dificultades para solicitar ayuda o buscar asesoramiento cuando se enfrentan a una tarea compleja, lo que los lleva a posponer sus actividades dando lugar a la procrastinación académica.

Por lo tanto, este estudio se centra en lograr una mayor comprensión de la relación entre las habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica en los estudiantes. Asimismo, busca proporcionar información útil a la institución educativa, y a futuras investigaciones que aborden el tema.

La presente investigación se estructura en cuatro capítulos:

El capítulo I: Presenta la introducción general acerca de la problemática. Se plantea el problema de investigación: Habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica; también se hace referencia al problema general, los problemas específicos, la hipótesis general y las hipótesis específicas de la investigación. Asimismo, se justifica el objetivo de la investigación.

El capítulo II: Proporciona los antecedentes a nivel internacional, nacional y local, los cuales respaldan y dan sustento teórico a la investigación. Además, se revisará el marco teórico y el marco conceptual sobre las habilidades sociales y la procrastinación académica, lo que permitirá contextualizar la investigación y comprender la teoría del estudio.

El capítulo III: Comprende los materiales y métodos de la investigación, incluyendo la ubicación geográfica. Se describe el tipo, el método y el diseño del estudio; también se da a conocer la técnica e instrumentos utilizados para la recolección de datos, la cantidad de población y la muestra del estudio, aplicando la fórmula de muestreo. Por último, se detalla el procesamiento estadístico.

El capítulo IV: Presenta los resultados y las discusiones de la investigación de acuerdo a cada objetivo e hipótesis planteadas. Una vez expuestas las conclusiones



basadas en los objetivos establecidos, se brindan las recomendaciones derivadas de los hallazgos. El estudio finaliza con las referencias bibliográficas y los anexos pertinentes.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La pandemia de la COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la educación, con el cierre de las instituciones educativas y la adopción de la educación a distancia como medida para contener la propagación del virus, los estudiantes se han visto enfrentados a una serie de desafíos como en la interacción social y el ámbito académico.

América Latina y el Caribe ya enfrentaba una crisis de rezago en aprendizajes fundamentales y adquisición de habilidades, a esto se sumaron los prolongados cierres escolares durante la pandemia, que interrumpieron el desarrollo de habilidades indispensables para la vida, especialmente entre los niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad. (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2022). Esta situación se ve reflejada en el informe de la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2020) que da a conocer que, en promedio, el 40% de los estudiantes de todos los países que forman parte de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) y la Unión Europea (UE) no han desarrollado conocimientos básicos de lectura ni de matemáticas a los 15 años. Por otro lado, en la mayoría de los países, se observa que al menos 1 de cada 5 estudiantes no tiene confianza suficiente al momento de poner en práctica sus habilidades sociales para socializar y hacer nuevos amigos.

Según el diario El Peruano (2023) con el regreso a las clases presenciales en marzo del 2022, se ha observado una situación de "doble impacto" en los estudiantes. En primer lugar, han sufrido una pérdida de aprendizaje y conocimientos debido a la interrupción de las clases presenciales. En segundo lugar, se ha visto afectado su desarrollo de habilidades sociales, lo que ha generado dificultades para establecer



nuevamente conexiones con sus compañeros y maestros. Estos problemas se han agravado a causa de la pandemia del COVID-19 con la transición a la educación a distancia, lo que ha generado conflictos y desafíos en la interacción social y el ámbito académico de los estudiantes. Por otro lado, según el informe de habilidades sociales del MINEDU, la proporción de adolescentes escolares que presentan serias deficiencias en todos sus repertorios de habilidades sociales, esta se sitúa en el 31.3%. Es decir, de cada 100 escolares adolescentes en el país, 31 presentan significativas deficiencias en sus habilidades sociales.

Asimismo, a nivel de Puno Hurtado et al. (2022) mencionan que los docentes han identificado diversos problemas que afectan a los estudiantes, siendo las principales preocupaciones los bajos aprendizajes, la desmotivación o falta de interés para aprender y desarrollar las actividades académicas, y la falta de desarrollo de las habilidades socioemocionales por esta situación que enfrentan los escolares de la región Puno al reinicio de las labores presenciales en los centros educativos. El problema radica en comprender cómo estos tres elementos están interrelacionados y cómo han sido impactados por el contexto del reinicio de clases presenciales después del confinamiento debido a la pandemia.

El desarrollo de las habilidades socioemocionales adquiere especial relevancia, ya que un estudio realizado por Unicef y el Ministerio de Salud del Perú en el 2020 reveló que un porcentaje significativo de niños y adolescentes de la región Puno (36% de la muestra) presentaba riesgo de problemas de salud mental, como resultado de las dificultades experimentadas durante el confinamiento y los problemas familiares, sociales y económicos generados por la pandemia.

Durante el período de confinamiento debido a la pandemia, los estudiantes de la Institución Educativa Comercial N°45 “E.R.P.” experimentaron una transición drástica



en su forma de aprendizaje. La falta de interacción social directa y la limitación de actividades presenciales tuvieron un impacto significativo en el desarrollo de sus habilidades sociales y académicas. En tal sentido, muchos estudiantes se vieron obligados a adaptarse rápidamente a las clases en línea y al aprendizaje autónomo. Sin embargo, esta transición repentina no estuvo exenta de dificultades. La falta de interacción cara a cara con sus compañeros y docentes dificultó el desarrollo de habilidades de comunicación efectiva, colaboración y trabajo en equipo. Además, la falta de una estructura y rutina estable en el hogar llevó a algunos estudiantes a caer en la procrastinación académica.

Es fundamental reconocer los desafíos que los estudiantes enfrentaron durante esta transición post – confinamiento puesto que, a medida que se retoman las clases presenciales, se hizo evidente a nivel social un desarrollo deficiente en sus habilidades sociales y a nivel académico un bajo rendimiento en los estudiantes que podría haberse generado a causa de la procrastinación. Por lo tanto, los estudiantes pueden enfrentar dificultades para adaptarse nuevamente al entorno de aprendizaje presencial, recuperar el ritmo de estudio y establecer una disciplina adecuada. Además, la falta de práctica en habilidades sociales puede generar cierta timidez o inseguridad al interactuar con sus compañeros y docentes en persona.

Pérez (2019), afirma que todos los seres humanos dependemos de la sociedad para nuestro desarrollo, lo que significa que, sin interacciones sociales adecuadas, lograr las metas que nos propongamos será un desafío. Por otro lado la UNICEF (2017) menciona que las habilidades o competencias psicosociales “nos ayuda a recuperar el control sobre nuestro comportamiento y al mismo tiempo, tomar decisiones con conocimiento de causa para adquirir patrones de comportamientos y valores positivos” (p.4). Estas habilidades se consiguen en el trayecto de nuestras vidas a través de la experiencia directa, por medio



de un entrenamiento deliberado, mediante la imitación. Asimismo, es fundamental mencionar que el estudiante debe disponer de habilidades sociales favorables para que las interacciones con sus compañeros sean de calidad, ya que las habilidades alcanzadas están presentes en la vida cotidiana de sus relaciones sociales; entonces, es difícil para los estudiantes avanzar personalmente o incluso académicamente si muchos de ellos llegan a clase con insuficientes habilidades sociales y mal uso del tiempo, por esa razón los estudiantes que no desarrollan adecuadamente estas habilidades no podrán relacionarse fácilmente. Es así que, las habilidades sociales son fundamentales para establecer relaciones interpersonales saludables y para tener éxito en muchas áreas de la vida, incluyendo la educación.

En el contexto académico, se debe poner más énfasis en el desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes y en el manejo efectivo del tiempo, porque para las instituciones educativas, el ingreso de los estudiantes a la vida universitaria representa un desafío en términos de su desarrollo, así como refieren Guerra & Segovia (2017) debido a que estos comportamientos aprendidos facilitan que un individuo se conecte con otros miembros de su entorno, así como expresarse y responder adecuadamente a ellos, las habilidades sociales incluyen la capacidad de actuar con asertividad ante la complejidad de la vida. De esta manera, se satisface la necesidad innata de sociabilidad del ser humano.

Por lo tanto, comprender cómo se desarrollan las habilidades sociales se convierte en un tema clave para el avance de los estudiantes en su vida académica.

Lo mismo ocurre con la procrastinación académica, donde Natividad (2014) y manifiesta que es de vital importancia abordar este tema en estos momentos, porque las estadísticas de su investigación muestran cifras alarmantes; entre el 80% y el 95% de los estudiantes, tanto colegiales como universitarios, posponen sus tareas u obligaciones, y



lo hacen no solo en el ámbito académico sino también en su vida diaria; además, el 70% de la población que ha sido identificada con este problema quiere cambiar su comportamiento. Muchos estudios han demostrado que este comportamiento está asociado con baja autoestima, miedo al fracaso, falta de seguridad, ansiedad, entre otras cuestiones.

Desde otro punto de vista Tarazona et al., (2016) indica que la procrastinación académica es un problema social, porque se manifiesta como conductas sociales e individuales que pueden haber sido aprendidas de los miembros de la familia. Consiste en estudiantes que tienden a posponer, eludir o abandonar las tareas académicas en favor de dedicarse a actividades placenteras e inmediatamente gratificantes. Continuamente ellos posponen sus tareas para “después”, “el día siguiente”, “la última hora” u “horas antes de la presentación de tareas o evaluaciones”, o deciden renunciar a tareas académicas, compromisos o actividades programadas o asignadas por los profesores para el curso y que debe ser completado. No existe una razón real o de peso para posponerlas, en cambio, son reemplazadas por otras actividades más irrelevantes, pero transitoriamente más placenteras.

De manera similar Ramos y Pedraza (2017) mencionan que, desde hace muchos años la vida del ser humano por naturaleza ha estado llena de actividades y tareas, algunas de las cuales con el paso del tiempo tienden a ser postergadas u olvidadas. Como resultado hoy en día este término se usa casi universalmente para describir cómo las personas viven sus vidas. Retrasar la finalización de un proyecto, un plan o una tarea simple se ha convertido en una actividad humana continua que a la larga causa problemas. Este efecto es bien conocido a escala mundial y se considera uno de los principales problemas personales y sociales.



Lo que significa que a lo largo de la educación se ha observado que los estudiantes posponen sus tareas académicas por una variedad de razones, como actividades más agradables, una sensación de insuficiencia o la percepción de que son tediosas. Asimismo, posponer las actividades académicas puede causar síntomas de ansiedad, lo que impide que los estudiantes se desenvuelvan con normalidad en un ambiente académico. Por ello, el estudiante que procrastina es el que elige conscientemente aplazar su tarea o actividad académica, no al que se olvida de hacerlo.

Por lo tanto, el regreso a clases presenciales después de la pandemia de COVID-19 presenta desafíos significativos relacionados con las habilidades sociales y la procrastinación académica en los estudiantes. Durante la transición de la educación virtual a la presencial pudo causar dificultades en la adaptación social, falta de interacción adecuada, desmotivación, así como ansiedad y estrés por el cambio, lo que podría influir en el aumento de la procrastinación como un mecanismo de afrontamiento ante estas nuevas situaciones.

La falta de habilidades sociales y la tendencia a procrastinar puede afectar negativamente la capacidad de los estudiantes para enfrentar las tareas académicas, lo que podría llevar a un rendimiento académico deficiente y a la pérdida de oportunidades educativas y extracurriculares. Además, la incapacidad para adaptarse socialmente podría afectar negativamente en el bienestar de los estudiantes. Asimismo, la procrastinación académica puede generar estrés y problemas emocionales, contribuyendo a un ambiente de aislamiento social a causa de estos problemas.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿De qué manera las habilidades sociales inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?



1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿De qué manera las habilidades sociales básicas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?

- ¿De qué manera habilidades sociales avanzadas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?

- ¿De qué manera las habilidades sociales de planificación inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis General

Las habilidades sociales inciden significativamente en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

1.3.2. Hipótesis Específicas

- Las habilidades sociales básicas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

- Las habilidades sociales avanzadas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

- Las habilidades sociales de planificación inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.



1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

En relación con los sucesos ocurridos recientemente, el entorno educativo de nivel secundario se vio afectado después de haber experimentado por casi dos años las clases virtuales a consecuencia de la emergencia sanitaria a nivel mundial causada por la COVID-19, a nivel nacional según la Resolución N°160-2020, implementada por el MINEDU el 6 de abril del 2020, se crea la estrategia denominada aprendo en casa, que consignaba impartir educación a distancia, esto conllevó a que muchos estudiantes no logren el adecuado desarrollo de sus habilidades sociales, por la reducción repentina de la interacción social, educativo y comunitario, el cual tiene un rol indispensable para la formación personal, desenvolvimiento y formación académica. A su vez, la práctica de la procrastinación académica se hizo más frecuente, ya que la necesidad de tener acceso constante al servicio de internet implicó que muchos de los estudiantes evadan sus responsabilidades académicas y no gestionen de manera adecuada el uso de su tiempo.

Como consecuencia, los estudiantes con deficientes habilidades sociales tienen dificultades para mantener relaciones interpersonales, por lo que les resulta complicado entablar conversaciones, saber escuchar, transmitir ideas, tomar decisiones y distintas habilidades que permiten la satisfacción de las relaciones. Por otro lado, si un estudiante experimenta obstáculos constantes para relacionarse puede desarrollar inseguridad, lo que en un futuro limitará su participación en situaciones sociales o académicas al no poder resolver conflictos o saber trabajar en equipo. Sin embargo, es importante destacar que las habilidades sociales se pueden aprender y desarrollar implementando estrategias pertinentes para superar dichas problemáticas. Así como refiere Donguil & Cano (2014), quien define a las habilidades sociales como:

“un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar



nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas” (p.1).

Por tanto, la práctica empobrecida de habilidades sociales en los estudiantes dificulta la búsqueda de apoyo y recursos, lo cual conlleva a la procrastinación académica. O como también la falta de autorregulación y gestión del tiempo contribuye a la tendencia a procrastinar en tareas académicas, como indica Cardona (2015) la postergación de las actividades académicas es una problemática frecuente entre los estudiantes.

El propósito de la investigación sobre las habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica es lograr una comprensión más profunda de cómo estas habilidades afectan el comportamiento en la postergación de actividades académicas en los estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45. Así mismo, busca brindar información verídica a la institución educativa sobre los resultados de la investigación, con la finalidad de orientar a los estudiantes sobre el adecuado desarrollo de las habilidades sociales encaminando el buen uso del tiempo, considerando que todo estudiante debe dar importancia a sus habilidades y competencias interpersonales para que le permitan relacionarse con su entorno familiar, social y comunitario. Esto quiere decir que, su buen fortalecimiento permitirá que los estudiantes de secundaria sean más proactivos en lo académico, personal y familiar. Y finalmente este estudio también contribuirá a futuras investigaciones como antecedente sobre la problemática emergente para que así se logre un plan de acción para la resolución de la misma.



1.5. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. Objetivo General

Determinar la incidencia de las habilidades sociales en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Identificar la incidencia de las habilidades sociales básicas en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

- Identificar la incidencia de las habilidades sociales avanzadas en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

- Identificar la incidencia de las habilidades sociales de planificación en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. A nivel internacional

Pérez (2018) el estudio del investigador titulado: “Nivel de habilidades sociales en adolescentes del colegio Monte Carmelo”, tuvo como objetivo conocer más sobre las habilidades sociales en la ciudad de Guatemala. La muestra del estudio estuvo compuesta por 25 adolescentes con edades entre 14 y 17 años, siendo 6 del sexo femenino y 19 del masculino. Se utilizó una escala de evaluación de habilidades sociales (EHS) de Gismero E. para lograr la meta (2000). Una vez evaluado el instrumento, se presentaron gráficamente los resultados y antes de iniciar el trabajo de campo se realizó un análisis de los resultados de los autores citados. La información presentada anteriormente llevó a la conclusión de que el 72% de los estudiantes de la Escuela Secundaria Monte Carmelo tienen habilidades sociales adecuadas. También reveló que las habilidades con las que los estudiantes tienen menos práctica son iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, defender los propios derechos de consumo y usar la autoexpresión en situaciones sociales. Por lo anterior, se aconsejó utilizar este estudio como punto de referencia para abordarlos y lograr que tanto docentes como estudiantes encuentren el equilibrio en todas sus capacidades. Asimismo, se incentivó a realizar talleres y utilizar herramientas para fortalecer las habilidades sociales.

Torres et al., (2020) el estudio de la investigadora titulado: "Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes", tuvo como objetivo examinar las conexiones entre las habilidades sociales y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria de un centro educativo de Loja, España, con edades que oscilan entre los 16 y los 18 años.



El diseño descriptivo sirve de base para la metodología utilizada para el análisis de la información. 91 estudiantes de segundo año de bachillerato conformaron la muestra que tomó en consideración el estudio. La prueba Escala de Capacidades Sociales de EHS y un registro acumulativo de las calificaciones de cada estudiante participante se utilizaron como herramientas de medición. Conclusión: Los altos niveles de habilidades sociales están asociados con un alto rendimiento académico, mientras que el nivel de habilidades sociales bajo se relaciona con niveles de rendimiento académico bajo.

Monzon (2014) en su investigación titulada: “Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados entre 14 y 17 años de edad”, planteó como objetivo general: determinar cuáles son institucionalizados para poder crear un programa de desarrollo de habilidades sociales. Un grupo de jóvenes fue seleccionado de manera aleatoria, asegurándose de que estuvieran dentro de los límites de edad establecidos. El estudio se llevó a cabo utilizando el cuestionario de habilidades en el aprendizaje estructurado diseñado por Arnold Goldstein, Spafkin, Gershaw y Klein en 1989. El instrumento fue administrado en grupos de 15 adolescentes, en un total de 4 grupos. Los resultados obtenidos indicaron que las habilidades sociales competentes incluyen la capacidad de escuchar, formular preguntas, expresar gratitud, presentarse, solicitar ayuda, participar, seguir instrucciones, afrontar el miedo, recompensarse a sí mismos, solicitar permisos, negociar, iniciar el autocontrol, defender sus derechos, manejar el fracaso, enfrentar la presión de grupo, tomar decisiones y mantener el enfoque en una tarea. Como resultado, se encontró que el 76.67% de los participantes se calificaron a sí mismos como deficientes en la habilidad para expresar sus sentimientos. Esto lleva a la conclusión de que las habilidades para expresar emociones han sido principalmente afectadas debido al entorno en el que estos adolescentes han crecido.



Torres (2016) en su estudio titulado: "Relación entre habilidades sociales y procrastinación académica en adolescentes", el objetivo fue evaluar los niveles de habilidades sociales y procrastinación académica en escolares adolescentes, así como establecer sus relaciones. Implica una investigación cuantitativamente enfocada, correlativa, descriptiva y orientada a transectos. De la población de 730 estudiantes de los grados 9 al 10 y 11. Se les aplicó como dos herramientas la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Para el análisis estadístico se utilizó el coeficiente de correlación paramétrico de Pearson y para medir la relación entre las variables se utilizó el coeficiente de correlación no paramétrico de Rho Spearman. Los hallazgos mostraron que el 66% de los adolescentes en edad escolar presentaba bajos niveles de habilidades sociales, y que el 43% de ellos no definía claramente sus metas y el 26% presentaba conductas de procrastinación. No se encontraron correlaciones significativas entre la puntuación general de procrastinación de EHS y las sub escalas de procrastinación. La conclusión es que el rendimiento académico y el aprendizaje de los estudiantes se ven impactados por su falta de habilidades sociales y la procrastinación con sus compromisos académicos.

2.1.2. A nivel nacional

Unocc y Castillo (2020) en su estudio titulado: "Habilidades sociales y procrastinación académica en estudiantes de primero y segundo año de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 138 Próceres de Independencia de San Juan de Lurigancho, 2020", la autora se propone demostrar la relación entre las habilidades sociales y la procrastinación como objetivo general. Era de naturaleza básica y correlativa. El diseño no era experimental; era transversal. Para la determinación de la muestra se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico, cuya muestra estuvo conformada por 120 estudiantes. Se utilizó junto con la Escala de Habilidades Sociales



de Goldstein y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Utilizando la aplicación SPSS, los datos fueron procesados. Según los resultados ($\rho=-0,722$; $p=0,0000,05$), existe una correlación inversa o negativamente significativa entre las habilidades sociales y la procrastinación académica. Adicionalmente, se demostró que existe una correlación moderadamente negativa entre las habilidades sociales fundamentales de primer orden ($\rho=-0,586$, $p=0,000$ 0,05), las habilidades sociales avanzadas de segundo orden ($\rho=-0,558$, $p=0,000$ 0,05), la capacidad de tercer orden para manejar las emociones ($\rho=-0,495$, $p=0,000$ 0,05), la capacidad de cuarto orden para evitar la agresión ($\rho=-0,634$; $p=0,000<0,05$), habilidades para el manejo del estrés ($\rho=-0,603$; $p=0,000<0,05$), habilidades de planificación ($\rho=-0,704$; $p=0,000<0,05$) y procrastinación académica en estudiantes de primero y segundo de secundaria de la Institución Educativa Pública N°138 Próceres de la Independencia, San Juan de Lurigancho.

Delgado et al., (2020) en su trabajo de investigación: “Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes de quinto grado de secundaria de instituciones educativas estatales y no estatales de Lima Metropolitana”, tuvo como objetivo examinar la conexión entre lo que se entiende por habilidades sociales y el uso de los recursos de internet. Asistieron 1066 estudiantes de instituciones educativas que fueron seleccionados mediante una muestra estadística. Después de eso, se utilizó un diseño correlacional descriptivo para examinar cómo el uso de los medios virtuales y las habilidades sociales de estos estudiantes interactúan entre sí. Los hallazgos permiten observar correlaciones negativas entre las habilidades sociales de los participantes y los índices de adicción al contenido de las redes sociales en niveles significativos. Esto también es cierto para la mayoría de los factores que componen los dos instrumentos.

Pérez (2019) en su investigación titulada: “Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho”,



tuvo como objetivo: Determinar el nivel de habilidades sociales en 54 estudiantes de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho que cursaban los grados 1 a 5 (secciones únicas). La lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein (1978), pero modificada para su uso en Filipinas por Tomás Ambrosio (1994 -1995). En cuanto a las habilidades sociales, los resultados mostraron que existían dos niveles: “Deficiente”, que estuvo representado por el 44,44% de los encuestados, y “Malo”, que estuvo representado por el 14,81% de los encuestados. Estos resultados se muestran en los factores IV subsiguientes; por ello, se lleva a cabo un programa de intervención con el objetivo de acreditar positivamente los resultados en los estudiantes de dicha institución.

Acuña (2021) en su trabajo titulado: “Habilidades sociales en adolescentes de cuarto de secundaria de un colegio privado de San Juan de Miraflores y Chorrillos”, tuvo como objetivo determinar las habilidades sociales de un grupo de adolescentes del cuarto grado de primaria de un colegio privado con sedes en San Juan de Miraflores y Chorrillos. Determinar si existen diferencias en los niveles de habilidades sociales de los adolescentes de ambos centros según sexo, antecedentes familiares y edad. La manifestación estuvo conformada por 50 estudiantes de cuarto grado del plantel San Juan de Miraflores y 50 estudiantes del plantel Chorrillos. El diseño que se utiliza no es experimental y es de tipo descriptivo comparativo, ya que pretende identificar diferencias entre una variable entre dos grupos. Por otro lado, el instrumento utilizado fue la Escala de Elena Gismero de Competencias Sociales (EHS), la cual fue ajustada para reflejar la realidad peruana. Se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney para procesar los datos en el software estadístico SPSS. Finalmente, se obtuvieron los siguientes resultados: el 46% de los adolescentes tenían habilidades sociales medias, el 36% tenían habilidades sociales malas y el 18% tenían habilidades sociales altas. Además, no hubo



diferencias apreciables en los adolescentes de cuarto grado en cuanto a sexo, antecedentes familiares o edad en sus habilidades sociales.

Salluca et al., (2022) en su estudio titulado: "Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes peruanos durante la era del coronavirus Covid-19", este estudio buscó determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes matriculados en un programa de educación básica estándar en el Perú en tiempos de COVID-19. 1.255 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 12 y los 17 años, componían la población, y se montó un conveniente despliegue de no probabilidad. El análisis estadístico se realizó con el programa SPSS V.25 y se aplicaron dos preguntas con una validez y confiabilidad superior a 90. Pero también se utilizaron los coeficientes de Gamma y D de Somers para determinar el grado y sentido de asociación. Los resultados muestran una fuerte y significativa correlación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($r=0,710$; $p=0,01$). Según se ha dicho, la adicción se ha incrementado en tiempos de confinamiento, lo que ha coincidido con una mayor procrastinación.

2.1.3. A nivel Local

Rivera (2017) en su investigación titulada: "Influencia del entorno sociofamiliar en las habilidades sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Choquesani del Distrito de Orurillo, Melgar – 2018", observaron cómo el entorno socio familiar afectaba las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria. El objetivo general de la campaña 2018 de Jorge Basadre Choquesani en el distrito de Melgar de Orurillo fue: Conociendo el impacto del entorno socio familiar en las habilidades sociales de los estudiantes se planteó la siguiente hipótesis: Las habilidades sociales se ven influenciadas significativamente por el entorno socio familiar. Se utilizó el método deductivo basado en hipótesis, que se ocupa de la investigación explicativa. La



técnica utilizada fue una entrevista, y la herramienta utilizada fue un cuestionario. Aunque hubo 127 participantes en la demostración, la demostración de este estudio se llevó a cabo utilizando una metodología de demostración sencilla y aleatoria. Y el método estadístico que se utilizó para verificar la hipótesis fue la prueba de chi-cuadrado. Los hallazgos del estudio muestran que el 39.4% de los estudiantes reportan tener un ambiente familiar desfavorable y casi nunca desarrollan sus habilidades sociales. Adicionalmente, el 40.2% de los estudiantes reportan tener un ambiente social desfavorable y casi nunca desarrollan sus habilidades sociales para la toma de decisiones. De igual forma, el 35.4% de los estudiantes reportan tener un ambiente familiar desfavorable y casi nunca desarrollan sus habilidades sociales. Se concluye que el entorno socio familiar, compuesto por el entorno social y familiar, incide directamente en las habilidades sociales de los estudiantes, sustentando la hipótesis planteada en este estudio con una probabilidad del 95% y un nivel de significancia de 0,05.

Esteves et al., (2020) en su trabajo de investigación: “Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar”, identificó el vínculo entre las habilidades sociales de los adolescentes y la función familiar como su objetivo principal. Método de investigación cuantitativa, tipo descriptivo-correlacional; con una población de 726 y una muestra de 251 estudiantes de primero a quinto año de secundaria, se realizó mediante un muestreo probabilístico aleatorio supervisado. Las herramientas utilizadas son la prueba estructurada de habilidades sociales del Ministerio de Salud y la herramienta de la familia APGAR, que califica cinco funciones fundamentales: adaptación, participación, gradación de recursos personales, afecto y recursos. Los resultados muestran una correlación positiva entre las habilidades sociales y el funcionamiento del hogar. En conclusión, la asertividad es la habilidad más desarrollada, frente a la comunicación, que presenta dificultades. Por otro lado, la autoestima y la toma de decisiones son habilidades.



Cacho et al., (2019) en su trabajo titulado: “El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia”, tuvo como objetivo proponer el entrenamiento en habilidades sociales como medio para prevenir conductas de riesgo en los estudiantes de una institución educativa peruana y reducirlas. El diseño utilizado fue esencialmente experimental. La metodología utilizada fue la entrevista, y el instrumento utilizado fue un cuestionario validado y evaluado en contenido, criterios y construcción. La población estuvo conformada por estudiantes de 1° a 5° grado de secundaria, y la muestra fue escogida mediante un proceso de muestreo no probabilístico intencional. Para probar la hipótesis, los datos recopilados tanto de las pruebas anteriores como de las posteriores se sometieron a análisis estadístico descriptivo e inferencial mediante la prueba T. Se sugiere realizar talleres con adolescentes en los que se desarrollen habilidades sociales. En estos talleres se pone énfasis en la toma de decisiones, la regulación emocional, la autoestima y la asertividad. A través de estas clases se continúa con la participación de los alumnos en la transformación de sus actitudes y comportamientos hacia conductas de riesgo. El curso de capacitación en habilidades sociales ayuda a los adolescentes a desarrollar actitudes y comportamientos positivos y fortalece sus patrones de pensamiento positivos. También resulta en cambios positivos en las conductas de riesgo de los adolescentes y fomenta su prevención.

Duran (2020) en la investigación titulada: “Habilidades sociales y estilos de aprendizaje en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial, UNA – Puno”, el propósito del estudio es determinar el grado de relación entre las habilidades sociales y los estilos de aprendizaje en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial de la UNA Puno. El estudio aborda la cuestión de en qué grado se relacionan las habilidades sociales y los estilos de aprendizaje en estos estudiantes. La metodología del estudio se adhiere al paradigma positivista con un enfoque cuantitativo básico y un diseño



descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 232 estudiantes universitarios, y el método de recolección de datos fue una entrevista con los instrumentos: la Lista de Verificación de Habilidades Sociales de Goldstein y el Inventario de Tareas de Aprendizaje de Honey-Alonso. El diseño estadístico utilizado fue el de Correlación de Spearman-Rao (media). Se concluye que, el grado de relación entre habilidades sociales y estilos de aprendizaje en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial de la UNA - Puno es Positivo considerable con un nivel de significancia de 0,541, según la prueba de correlación Rho de Spearman; por tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna del estudio; implica que el uso de las habilidades sociales guarda relación homogénea con los estilos de aprendizaje de los estudiantes; por otro lado, el nivel de uso de las habilidades sociales de los estudiantes es Significativo en 35%; implica que ellos usan sus habilidades sociales de modo cotidiano; mientras tanto, el estilo de aprendizaje frecuente es Teórico en 34%, significa que, los estudiantes se caracterizan por poseer un enfoque lógico para abordar los problemas.

Morales (2019) la presente investigación que lleva por título: “Las habilidades sociales básicas en estudiantes que participan en el taller de música de colegios Emblemáticos Glorioso Colegio Nacional de San Carlos de la ciudad de Puno 2018”, tiene como objetivo principal determinar las habilidades sociales de los estudiantes que participan del taller de música. Para tal estudio, se seleccionó a 48 estudiantes de secundaria entre los 12 y los 17 años de ambas jornadas escolares, que estuvieran inscritos en el taller de música en el 2018 y que tuvieran no menos de 2 años de pertenecer al grupo. La investigación fue descriptiva de tipo cuantitativa, no experimental, de acuerdo con (Hernández Sampieri et al., 2014) y La herramienta de evaluación estandarizada, la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de la (Gismera, 2010). Los resultados mostraron una diferencia en las habilidades sociales medidas según el género masculino, donde se



obtuvo un buen resultado. En cuanto a las habilidades sociales de los estudiantes que participan en la clase de música, se descubrió que aquellos que han sido parte de la clase por un período de tiempo más largo lo hacen mejor que aquellos que acaban de ingresar. Además, los adolescentes de entre 15 y 17 años fueron los que mejores habilidades sociales adquirieron. El estudio recomendó continuar con una investigación longitudinal para conocer el comportamiento de los encuestados y compararlos con otros jóvenes que habían pasado por una investigación similar.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Habilidades sociales

En el marco teórico de esta investigación, respecto a las habilidades sociales se toma en consideración las perspectivas de:

Vygotski (citado en García, 2014) fue un destacado psicólogo y teórico, que dejó una profunda huella en el campo de la psicología ya que aporta valiosas perspectivas sobre el desarrollo de habilidades sociales y el aprendizaje en contextos sociales. Manifiesta que la persona construye su comprensión del mundo a través de la colaboración con su entorno social, especialmente en sus interacciones con adultos y sus pares. Desde esta perspectiva, los procesos mentales se inician en las interacciones entre individuos (interindividuales), y posteriormente, se internalizan en el pensamiento individual (intraindividuales). Entonces se resalta el impacto crucial del entorno social y las influencias externas en el desarrollo cognitivo. Por otro lado, sostiene que el aprendizaje puede catalizar procesos evolutivos en el desarrollo que de otro modo permanecerán inactivos. De esta forma, la persona puede alcanzar niveles superiores de desarrollo a través de experiencias educativas y de aprendizajes adecuados. También otorga un énfasis fundamental al papel de la educación y el entorno en el proceso de



desarrollo, subrayando su relevancia en el estímulo y facilitación del crecimiento cognitivo y social del individuo.

Jean Piaget (citado en García, 2014) fue un psicólogo suizo que se centró en la forma en que la persona adquiere conocimiento y cómo sus habilidades evolucionan a lo largo de las etapas de desarrollo. Afirma que las personas construyen sus propias nociones mentales a medida que interactúan con su entorno y experiencia. Es decir, organizan y adaptan sus ideas y conocimientos conforme experimentan y se enfrentan a situaciones nuevas. El énfasis está en cómo interiormente "construyen" su comprensión del mundo, ajustándose al medio ambiente y sus propias interacciones. También es crucial entender que las personas son capaces de adaptarse en función a las etapas de su desarrollo para diseñar estrategias de enseñanza adecuadas. Piaget sostiene que el desarrollo cognitivo precede al aprendizaje.

Goleman (2006) define la inteligencia emocional como la aptitud para identificar nuestros propios sentimientos, así como los de los demás, encontrar motivación y gestionar de manera efectiva nuestras relaciones tanto con terceros como con nosotros mismos. Es crucial comprender que todas nuestras emociones están intrínsecamente ligadas al mundo de las relaciones sociales. No podemos desvincular la causa de una emoción del tejido mismo de nuestras interacciones con los demás, ya que son precisamente estas relaciones las que despiertan y encauzan nuestras respuestas emocionales. Esencialmente, para Goleman, la inteligencia emocional consiste en el desarrollo de las siguientes cinco habilidades emocionales y sociales básicas: En primer lugar, la conciencia social, que abarca desde captar instantáneamente el estado emocional de otra persona hasta comprender sus pensamientos y sentimientos más profundos. Esta conciencia social comprende elementos como la empatía primordial, donde nos sumergimos en los sentimientos de los demás, y la sintonía, que nos permite conectar



genuinamente con aquellos que nos rodean. También encontramos aquí la exactitud empática, que implica entender con precisión las intenciones y emociones de los demás, así como la cognición social, que nos otorga la capacidad de desentrañar el complejo funcionamiento del mundo social. En segundo lugar, la autorregulación, una habilidad que nos permite manejar nuestras propias emociones de manera adecuada y expresar nuestros sentimientos de forma constructiva. Esto incluye la gestión de la ira, la furia y la irritabilidad, que son vitales para cultivar relaciones saludables y equilibradas. En tercer lugar, la motivación, emerge como un elemento crucial de la inteligencia emocional. Esta habilidad nos impulsa hacia la acción, nos ayuda a establecer objetivos, tomar decisiones acertadas y mantener la perseverancia en momentos de dificultad y desafío. En cuarto lugar, la empatía, desempeña un papel vital en la construcción de conexiones auténticas con los demás. Reconocer los sentimientos de quienes nos rodean y comprender sus perspectivas nos permite sintonizar con sus necesidades y construir relaciones más enriquecedoras. Finalmente, las habilidades sociales, son esenciales para guiar nuestras interacciones con los demás y liderarlos hacia metas específicas. Estas habilidades nos permiten navegar con destreza en el entorno social, promoviendo colaboración y comunicación efectiva

Goldstein (1980) quien las describe como un conjunto de comportamientos efectivos en las relaciones interpersonales. Estas habilidades posibilitan una interacción efectiva con otros en distintos contextos sociales y se resalta su naturaleza adquirida, lo que implica su potencial desarrollo y mejora a lo largo del tiempo. Al adquirir estas habilidades, las personas mejoran su relación con los demás, lo que facilita la creación de conexiones más positivas y satisfactorias en su entorno social. Además, se enfatiza que las habilidades sociales permiten la afirmación de los propios derechos sin menoscabar los derechos de los demás. Por tanto, una persona competente en habilidades sociales



puede expresar sus necesidades y deseos de manera asertiva y respetuosa, encontrando un equilibrio entre sus intereses y los de los demás. Este enfoque teórico proporciona un marco conceptual para comprender la importancia de las habilidades sociales en el desarrollo y mejora de las relaciones interpersonales, así como su relevancia en el contexto de esta investigación.

Por otro lado, se considera la propuesta por Caballo (2007) estas habilidades se refieren a la capacidad de un individuo para comportarse adecuadamente en situaciones de interacción interpersonal. Implica la habilidad de expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de manera apropiada, considerando el contexto. También implica respetar las conductas de los demás, siendo consciente de sus necesidades y derechos. Una persona competente socialmente puede resolver problemas que surjan en el momento, manejando la situación de manera eficaz. Por último, se destaca que estas habilidades sociales están orientadas a minimizar la probabilidad de futuros problemas, lo que conlleva a establecer relaciones interpersonales más saludables y armoniosas, evitando conflictos y malentendidos en el futuro.

Asimismo, partimos de la premisa respaldada por Acosta et al., (2020) de que el ser humano es un ser en constante desarrollo y aprendizaje debido a las interacciones entre su composición genética y su entorno social. Desde esta perspectiva, se enfatiza la importancia crucial de adquirir y desarrollar habilidades sociales, fundamentales para el desarrollo integral del individuo al permitirle relacionarse adecuadamente con otros. Asimismo, se destaca la estrecha relación entre las habilidades sociales y la convivencia estudiantil, sugiriendo que una mejor aplicación de estas habilidades conlleva a una mayor satisfacción en las relaciones entre compañeros, lo que lleva a la hipótesis de que cuando las habilidades sociales se aplican de manera más efectiva, existe una mayor satisfacción entre compañeros.



Por otra parte Roca (2014) destaca la importancia crucial de las habilidades sociales en las relaciones interpersonales y en la capacidad de romper con las convenciones y reglas sociales. Estas habilidades abarcan diversos comportamientos, actitudes y emociones que permiten el mantenimiento de relaciones interpersonales, lo cual resulta esencial para la raza humana. Una persona con habilidades sociales desarrolladas busca satisfacer tanto sus propias necesidades e intereses como los de los demás, demostrando una habilidad para resolver conflictos de manera efectiva. En este contexto, es fundamental abordar la relevancia de las habilidades sociales, ya que constituyen la principal fuente de bienestar en las interacciones sociales. La ausencia de estas habilidades puede resultar en sentimientos de frustración, inhibición y rechazo en las personas. Además, su desarrollo adecuado también permite el fortalecimiento de la autoestima.

De igual manera, el Ministerio de Salud (MINSA, 2005) resalta la importancia de las habilidades sociales según en el desarrollo de competencias necesarias para nuestros adolescentes, lo que les permite desenvolverse de manera más efectiva en su vida y afrontar los desafíos que se les presentan. Estas habilidades sociales también juegan un papel clave en fomentar la competitividad que conduce a un cambio saludable hacia la madurez.

Finalmente, Trianes (1997) resalta que la naturaleza social es una característica inherente al ser humano, ya que, desde su nacimiento, los individuos dependen de la interacción con otros, especialmente con la madre, para sobrevivir. A medida que se desarrollan, las relaciones con otras personas adquieren un papel crucial en sus vidas. En este proceso de desarrollo, los padres y profesores desempeñan un papel esencial al educar y fomentar las habilidades sociales del niño. En este contexto, los adultos actúan como guías para que el niño aprenda a interactuar con los demás de manera adecuada y



refuercen comportamientos apropiados, brindando ejemplos y corrigiendo conductas inadecuadas. La educación y el desarrollo de las habilidades sociales se convierten en elementos fundamentales durante esta etapa, y los adultos tienen un rol significativo en este proceso, al ser modelos y proporcionar orientación para el desarrollo de las competencias sociales en el niño.

Entonces, las habilidades sociales son la clave para la relación interpersonal, ya que la persona que las desarrolla correctamente lo ve reflejado de forma positiva en diferentes ámbitos de su vida ya sea individual o para relacionarse con facilidad en un grupo y más aún en la adolescencia ya que en esta etapa muchos de los estudiantes no toman decisiones asertivas.

2.2.2. Para que sirven las habilidades sociales

Según lo planteado por Rosales et al., (2013) destaca que en diversas situaciones experimentamos timidez al hablar en público, dificultad para pedir un favor o nos cuesta ir solos a pedir algún material, así como problemas para expresar nuestras emociones y resolver conflictos con amigos, familiares y otros debido a la falta de habilidades sociales. Sin embargo, estas habilidades se pueden adquirir mediante el entrenamiento y desarrollo de las siguientes capacidades:

- Expresar los propios sentimientos, deseos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás.
- Defender los propios derechos y respetar los derechos y necesidades de los demás.
- Tener un buen concepto de sí mismo.
- Ser educado/a y respetuoso/a con los demás.
- Prestar atención a los puntos de vista de los demás y hacerles saber que se entiende su posicionamiento.



- Exponer la propia opinión.

El entrenamiento en habilidades sociales proporciona satisfacción al permitirnos expresar nuestros sentimientos, deseos y derechos de manera adecuada y efectiva. En contraste, la falta de estas habilidades puede afectar negativamente nuestra autoestima y generar ansiedad, falta de confianza e inhibición social, creando un círculo cerrado de malestar.

En el contexto académico, las habilidades sociales juegan un papel clave en el adecuado ajuste personal, el logro académico y la adaptación social. Por otro lado, la ausencia de estas habilidades puede resultar en problemas de aceptación social, dificultades académicas y problemas personales.

2.2.3. Tipos de habilidades sociales

2.2.7.1. Habilidades sociales básicas

Las habilidades sociales básicas incluyen cosas como iniciar y mantener conversaciones, hablar con otros, expresar gratitud, presentar nuevas personas a otros y hacerles saber lo que te gusta de ellos (Goldstein, 1980).

Las primeras habilidades sociales que aprenden las personas son las básicas, que son esenciales para iniciar una conversación y mantenerla. Algunas de estas habilidades incluyen la capacidad de iniciar, mantener y finalizar una conversación, la capacidad de formular preguntas y otras (Babarro, 2021).

Si una persona desarrolla adecuadamente sus habilidades sociales básicas, podrá interactuar con otros individuos sin dificultad. Al desarrollar estas habilidades, la persona será capaz de iniciar una conversación de manera efectiva, demostrar interés escuchando lo que las otras personas quieren expresar y formular preguntas para aclarar dudas sobre temas específicos. Además, una persona con buenas habilidades sociales podrá mostrar patrones de conducta que reflejan respeto hacia los demás, como expresar gratitud,



presentarse correctamente ante las personas y hacer cumplidos de manera genuina (Pedraza et al., 2014) .

Las habilidades sociales básicas, incluyen acciones como escuchar, iniciar una conversación, participar en una conversación, pedir por favor y dar las gracias. Aunque estas habilidades pueden parecer obvias o elementales, no siempre están completamente incorporadas en todas las personas. Algunos adolescentes, por ejemplo, pueden tener dificultades para escuchar a los demás o pueden interrumpir constantemente durante una conversación. También que algunas personas pueden tener problemas para iniciar una conversación interesante y simplemente esperan a que otros hablen (Méndez et al., 2022).

Escucha activa

La escucha activa es un proceso complejo que necesita desarrollarse y aplicarse en todo ámbito, demanda de gran esfuerzo y concentración, como afirma Crespo 2007 citado en Cárdenas (2019) menciona que “la escucha activa demanda que nos introduzcamos en la mente de quien nos habla e interpretemos el mensaje desde su punto de vista. Centramos toda la atención en captar y comprender el comunicado, pensamientos y emociones de nuestro interlocutor” (p.15). Esteves et al., (2020)

La escucha activa es un tipo de escucha profunda y comprometida que va más allá de simplemente oír las palabras que se dicen, consiste en prestar atención no solo al contenido de lo que se dice, sino también a cómo se dice, incluyendo los elementos no verbales y paraverbales (como gestos, tono de voz, expresiones faciales, etc.). La escucha activa implica un proceso activo en el que participan nuestros sentidos, intelecto y emociones. No es solo un acto fisiológico de oír, sino un esfuerzo consciente y concentrado. Escuchar es un arte más complejo que hablar. Aquellos que hablan menos y escuchan más pueden transmitir mucho a través de la mirada, sonrisa, dedicación, gestos y postura corporal. La escucha activa es esencial para fomentar la empatía, ya que permite



entender y conectarse mejor con los sentimientos y perspectivas de los demás (Rodríguez, 2011).

Asertividad

La capacidad de responder apropiadamente, usar el tono de voz apropiado, responder positivamente y expresar emociones negativas y positivas de una manera saludable se conoce como asertividad. Ser capaz de comunicarse de manera efectiva e inteligente, incluso cuando se le insulta, es posible gracias a la asertividad (Cárdenas, 2019).

De acuerdo con Kelly (1992) resulta crucial abordar el concepto de asertividad, el cual representa una actuación de suma importancia en la protección de los derechos y opiniones personales, al tiempo que se muestra un profundo respeto hacia los derechos de los demás. Es fundamental destacar que este concepto está estrechamente vinculado con la autoestima, ya que el ejercicio de la habilidad de asertividad puede influir significativamente en la percepción y valoración que una persona tiene de sí misma y se manifiesta de dos formas fundamentales: la aceptación adecuada y la oposición adecuada. La aceptación adecuada implica la habilidad de transmitir calidez, amabilidad y expresar cumplidos hacia los demás cuando observamos una conducta positiva por parte de ellos. Los componentes esenciales de esta forma de habilidad incluyen la expresión de afecto, el elogio o aprecio sincero, la expresión de sentimientos personales y la demostración de una conducta positiva recíproca. Por otro lado, la oposición asertiva se distingue de otras formas de competencia social, ya que su objetivo principal es evitar la pérdida de reforzamiento. En este caso, la persona se enfrenta de manera hábil a comportamientos inapropiados por parte de otros, defendiendo sus derechos y expresando su desacuerdo de manera respetuosa y constructiva. La oposición asertiva no busca descalificar ni atacar al



antagonista, sino más bien lograr que se modifiquen comportamientos inadecuados y favorecer la construcción de una relación más armoniosa y respetuosa en el futuro.

Etiqueta social

La etiqueta social en la actualidad constituye una serie de normas que ayudan a que todos los seres humanos vivan con sentido del respeto, empleando siempre los buenos principios, dando muestras de consideración y respeto, a las personas que los rodean. (Columbia, 2019, p.1).

Por otro lado, es una herramienta importante en las relaciones entre personas, ya que ayuda en la eficacia y eficiencia de la comunicación y por ende la relación de los individuos entre si, mejorando así su calidad de vida. (Columbia, 2019, p.3).

La etiqueta social se refiere a la forma en que debemos comportarnos y dirigirnos a la sociedad de manera adecuada y respetuosa. Al obtener conocimientos sobre cómo comportarnos de manera apropiada en diferentes situaciones, podemos desarrollar una mayor seguridad en nuestras interacciones sociales. A la vez es fundamental e importante practicarla constantemente, no solo cuando estamos en lugares públicos o en la calle, sino también en nuestro hogar con nuestra familia. Es decir, la etiqueta social no es solo una forma de comportarse en situaciones sociales formales, sino que también debe aplicarse en nuestras relaciones cotidianas y en el entorno familiar (Maridueña, 2022).

La etiqueta social es un aspecto esencial del decoro y el código que rige las expectativas de comportamiento en la sociedad. Se refiere a un conjunto de reglas y normas aplicables en cualquier contexto en el que una persona interactúa. Estas reglas de etiqueta social definen el comportamiento adecuado que se espera de cada individuo.

En otras palabras, la etiqueta social es un conjunto de pautas que guían la forma en que debemos comportarnos y relacionarnos con los demás en diferentes situaciones sociales. Estas normas pueden variar según la cultura, la ocasión y el contexto, pero en



general, se refieren a formas de comportarse educadas, respetuosas y consideradas hacia los demás. Al seguir la etiqueta social, se busca mostrar cortesía, amabilidad y consideración hacia los demás, lo que puede contribuir a un ambiente social más armonioso y respetuoso. La etiqueta social es una herramienta importante para facilitar la convivencia y el entendimiento en la sociedad (Bayas, 2018).

2.2.3.1. Habilidades sociales avanzadas

Las habilidades sociales avanzadas radican especialmente en pedir ayuda cuando se necesita, integrarse a un determinado grupo en alguna actividad y pedir disculpas cuando sea necesario (Goldstein, 1980).

Las habilidades sociales avanzadas destacan dos aspectos específicos; pedir ayuda y pedir disculpas. En primer lugar, el "pedir ayuda" implica reconocer una debilidad, lo que puede ser difícil para muchas personas adolescentes y adultas. Al solicitar ayuda, se admite que hay algo que no se puede manejar o resolver de manera independiente, lo que puede generar inseguridad o temor a mostrar vulnerabilidad. En segundo lugar, el "pedir disculpas", implica reconocer un error cometido. Similar a pedir ayuda, pedir disculpas también puede ser complicado para adolescentes y adultos, ya que implica aceptar que se ha cometido un error o se ha causado algún tipo de daño o incomodidad a otras personas. Por lo tanto, las habilidades sociales avanzadas son importantes para el crecimiento personal y la mejora de las relaciones interpersonales, pero que a menudo pueden ser un desafío emocional para muchas personas (Méndez et al., 2022).

Las habilidades sociales avanzadas involucran el proceso de interactuar con otras personas de manera efectiva. Esto incluye habilidades como pedir ayuda, participar activamente, dar y seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás. Cuando se desarrollan y utilizan estas habilidades, se fomenta una interacción social productiva, lo que significa que las relaciones y comunicaciones con los demás son más efectivas y



beneficiosas para diferentes contextos sociales, ya sea en el ámbito personal, académico o laboral (Pedraza et al., 2014).

Validación emocional

Cuando se validan las emociones, el individuo se siente comprendido, se reconoce su experiencia, aumenta la verbalización de sus pensamientos y sentimientos, se siente escuchado, crece su confianza y se sientan las bases para una relación positiva. La validación emocional, en tanto que conlleva la comprensión de emociones de otros, contribuye al desarrollo de habilidades sociales como la empatía, pues la valoración de los sentimientos propios y los de los demás están estrechamente relacionados y, de hecho, pueden no existir los unos sin los otros (Berján y Contreras, 2022).

Interacción social

Los seres humanos por naturaleza somos criaturas sociales que interactuamos constantemente con nuestro entorno. Es habitual que hables con otras personas en la escuela, el hogar o la universidad. Al mismo tiempo se debe tener en cuenta que la ropa, apariencia y el lenguaje que usa pueden transmitir un mensaje (Monjas, 2012).

La tecnología también ha hecho posible que la interacción se lleve a cabo a través de dispositivos electrónicos. En conclusión, se entiende como interacción social la acción de enviar un mensaje que provoque que otra persona se sienta animada. Será ella quien lo interprete en función de sus circunstancias personales o sociales. No habrá ninguna interacción si su mensaje no provoca ninguna respuesta (Monjas, 2012).

Regulación emocional

La capacidad de controlar las emociones de la manera correcta se conoce como regulación emocional. Implica ser consciente de la conexión entre emoción, cognición y comportamiento; tener mecanismos de afrontamiento efectivos; tener la capacidad de generar emociones positivas por uno mismo; etc. Con acciones deliberadas que tomemos



para adaptarnos mejor a nuestras circunstancias en apoyo de objetivos a mediano y largo plazo, podemos modular nuestra gestión y expresión emocional. Este proceso se conoce como regulación emocional. Esto implica ir más allá del cortoplacismo que impulsa ciertos impulsos y deseos y procurar que las emociones no nos causen problemas innecesarios, aumentando la probabilidad de que las cosas salgan como queremos o se decidan a nuestro favor (Mira et al., 2017).

La capacidad de incorporar nuestros sentimientos en nuestros planes y nuestro respeto por los derechos e intereses de otras personas determinará si somos capaces o no de regular nuestras emociones a nivel emocional. Esto tiene que ver con no permitir que todos nuestros sentimientos se expresen espontáneamente. Debido a que nuestro cerebro está mejor preparado para limitar la influencia del sistema límbico durante la niñez y la adolescencia, esta tendencia se fortalece con el tiempo y finalmente florece en la edad adulta (Mira et al., 2017).

2.2.3.2. Habilidades sociales de planificación

Las habilidades de planificación incluyen elegir acciones alternativas para tomar en situaciones estresantes, tomar decisiones prácticas sobre cómo completar las tareas, decidir cuál de los muchos problemas es el más significativo, etc. En general, esta escala permite obtener información precisa y detallada en un el nivel de habilidades sociales del sujeto (Goldstein, 1980).

Las habilidades sociales de planificación, implican varias capacidades importantes, como tener iniciativa, establecer objetivos, llegar a acuerdos y resolver problemas de manera colaborativa. En el contexto de trabajar en equipo, como en trabajos en grupo de clase, estas habilidades sociales de planificación son esenciales. Cuando los miembros del equipo tienen iniciativa, pueden tomar la iniciativa y comenzar a trabajar sin esperar a que se les indique cada paso. Llegar a acuerdos implica que los miembros



del equipo deben comunicarse y negociar para tomar decisiones conjuntas y resolver cualquier desacuerdo. Esto promueve una colaboración efectiva y una toma de decisiones más equitativa. Al establecer objetivos claros, el equipo tiene una dirección definida y sabe qué es lo que se espera lograr con la tarea de los miembros del grupo (Méndez et al., 2022).

Las habilidades de planificación, las personas especialmente al enfrentar retos, pueden tomar la iniciativa de discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar sus propias habilidades, recoger información, resolver problemas según su importancia, tomar decisiones informadas y concentrarse en una tarea específica. Estas habilidades de planificación les permiten abordar retos de manera efectiva, tomar decisiones y trabajar de manera más eficiente para alcanzar sus metas, siendo valiosas en diferentes aspectos de la vida (Pedraza et al., 2014).

Las habilidades sociales de planificación son un recurso valioso para hacer frente a situaciones difíciles debido al papel crucial que juega la actividad social en la adaptación de los seres humanos. Estas habilidades se refieren a la capacidad de comunicarse y actuar con otras personas de una manera adecuada y efectiva desde el punto de vista social, también son esenciales porque permiten resolver problemas en colaboración con otros individuos, aumentan la capacidad para obtener su cooperación o apoyo y, en general, proporcionan al individuo un mayor control sobre sus interacciones sociales. Las habilidades sociales de planificación son de gran importancia como un recurso para enfrentar y adaptarse a las demandas sociales y emocionales de la vida cotidiana (Lazarus y Folkman, 1986).

Resolución de problemas

Un análisis adecuado de la resolución de problemas sociales puede crear las condiciones adecuadas para gestionar los conflictos sociales, abordar los problemas



subyacentes y convertir las dinámicas negativas en oportunidades de cambio. También nos permite prevenir, focalizar e intervenir en los conflictos sociales para que nuestras acciones se anticipen a las manifestaciones de escaladas anteriores y las posibles consecuencias e impactos negativos de las situaciones de crisis (USAID, 2012, p. 17).

Resulta imperativo ahondar en la conceptualización de la capacidad de resolución de problemas, tal como lo plantea Galarza (2012) la capacidad de negociación y resolución de conflictos que poseen ciertas personas. Aquellas dotadas de estas competencias tienen habilidades para manejar situaciones difíciles y tensas con tacto y diplomacia. Además, son capaces de identificar los posibles conflictos, sacar a la luz los desacuerdos y trabajar en la reducción de las tensiones presentes en la situación. La persona dotada de estas habilidades tiene el talento de encontrar formas constructivas para llegar a acuerdos que favorezcan a todas las partes, lo que propicia relaciones interpersonales saludables y colaborativas.

Toma de decisiones

Betancurt (2016) menciona que tomar una decisión siempre comienza con la elección entre ir o no decidir. Al tomar una decisión, te comprometes a lograr el resultado que deseas lograr, mientras que, al no tomar una decisión, demuestras que estás interesado en hacer que las cosas sucedan, pero que no estás tomando ninguna medida para lograr el resultado deseado. Son los modelos mentales los que conducen a una cosa u otra, por lo que el proceso de toma de decisiones debe analizarse con base en estos modelos.

Normalmente, se decide para alcanzar el éxito y se eluden las decisiones cuando se desea evitar el fracaso (Melgar et al., 2019).

2.2.4. Teoría del aprendizaje social

En el marco de esta investigación sobre habilidades sociales, es esencial destacar la relevancia de los estudios realizados por diversos autores en este campo. Sin embargo,



dentro de este vasto cuerpo de conocimiento, destaca el trabajo de Albert Bandura y su teoría del aprendizaje social como el más relevante para el propósito de nuestro estudio.

La teoría del aprendizaje social de Bandura se centra en el proceso de aprendizaje social inconsciente en los individuos. En esta teoría, se destaca que gran parte de nuestros comportamientos sociales se adquiere y desarrolla a través de la observación y la interacción con nuestro entorno social. En otras palabras, somos influenciados por las conductas y acciones de quienes nos rodean, y así aprendemos cómo comportarnos en diferentes situaciones sociales.

Si bien la teoría del aprendizaje social no ha formulado un modelo específico de habilidades sociales, sin embargo, sus lineamientos nos permiten comprender el comportamiento social como aquellos elementos propios de cada persona que influyen en su forma de comportarse socialmente y aquellos factores extrínsecos que se refieren al entorno y al medio ambiente, es decir, cómo las situaciones y las interacciones sociales influyen en el desarrollo de nuestras habilidades sociales.

Este enfoque teórico resulta fundamental para nuestra investigación, ya que nos permite comprender cómo las habilidades sociales se configuran a partir de la interacción entre características personales y las influencias del entorno. Asimismo, nos brinda un marco teórico para analizar cómo ciertas conductas pueden ser aprendidas y adquiridas a través de la observación y el contacto con otras personas.

Por lo tanto, en esta teoría del aprendizaje social, Bandura (1986) sostiene que el aprendizaje ocurre a través de la observación de modelos sociales y que este proceso no puede separarse del contexto en el que tiene lugar. Los modelos sociales desempeñan un papel fundamental en el aprendizaje y en el desarrollo de la personalidad. Por otro lado, enfatiza que la auto eficiencia es fundamental para aprender y mantener comportamientos apropiados, ya que se refiere a la confianza que una persona tiene en sus propias



habilidades para llevar a cabo diversas acciones. Esta confianza interna es esencial, especialmente cuando hay presiones sociales que podrían influir en el desarrollo de un comportamiento diferente al deseado. Por lo tanto, el proceso de adquirir habilidades va más allá del mero comportamiento externo y abarca también la fortaleza interna, como la autosuficiencia, que respalda y sostiene esas conductas adecuadas. La teoría del aprendizaje social destaca la importancia de la interacción entre el factor cognitivo (los procesos mentales y cognitivos del individuo) y el factor social (las influencias sociales y el entorno en el que se encuentra). Según Bandura, el aprendizaje no solo se basa en la adquisición de conocimientos, sino también en la observación y el modelado de la conducta de los demás. En este sentido, los "otros" (los modelos sociales) tienen un impacto significativo en el aprendizaje, la formación de la personalidad y la conducta de un individuo.

El proceso de aprendizaje modelado, propuesto por Bandura, consta de cuatro fases: atención, retención, reproducción motriz y motivación. Estas etapas describen el proceso a través del cual se adquieren comportamientos observando a modelos sociales. Veamos qué significa cada una de ellas:

Atención: Bandura señala que es necesario prestar atención para poder aprender a través de la observación. La atención depende de la complejidad de la tarea, la comprensión del comportamiento observado y el atractivo del modelo. En el contexto educativo, los modelos más atractivos para los niños suelen ser la familia, los profesores, los compañeros y los personajes de ficción.

Retención: Para que se produzca el aprendizaje, es esencial que las pautas de respuesta observadas sean almacenadas en la memoria a largo plazo. Esto implica que el individuo debe poder recordar lo que ha observado. La forma en que los docentes se



comuniquen con los estudiantes y la metodología utilizada en clase pueden influir en la retención de la información.

Reproducción motriz: Esta fase implica que el individuo tenga las habilidades motoras necesarias para imitar el comportamiento observado. Es decir, debe ser capaz de reproducir físicamente la conducta que ha observado en el modelo. La reproducción motriz requiere habilidades y capacidades físicas adecuadas.

Motivación: La motivación desempeña un papel crucial en todas las fases anteriores y promueve la repetición de la conducta observada. Bandura identifica tres tipos de incentivos que pueden motivar la imitación de comportamientos de otros: incentivos directos (recompensas externas por imitar), incentivos vicarios (observar que el modelo es recompensado, lo que lleva a anticipar una recompensa similar) e incentivos autoproducidos (motivación interna, como cuando un niño evalúa su propia conducta como adecuada).

Desde el punto de vista del autor, la innovación puede surgir del modelado, pues los comportamientos de los observadores combinan los de varios modelos, difiriendo de lo original mente observado. Afirmó, además, que el modelado también afectaba al aprendizaje de habilidades cognitivas, y no solo conductas externamente observables, a través de modelos verbales, lo que ocurre cuando una persona hace una tarea y dice en voz alta cómo lo está resolviendo, tal y como haría un profesor al resolver un problema de matemáticas mientras explica a su alumnado cómo lo está haciendo (Bandura, 1986).

2.2.5. Teoría de la interacción social

En nuestro afán de enriquecer aún más nuestra comprensión sobre las habilidades sociales, nos adentraremos en el influyente sociólogo George Herbert Mead y su teoría sobre la interacción social, que nos brinda una perspectiva sobre cómo los individuos y



su vínculo con la interacción construyen su sentido del yo y su identidad a través de la comunicación y el contacto con los demás en la sociedad.

Para explicar la teoría de la interacción social se tomó como referencia a Mead, 1972, citado en García, 2023) quien indica que el análisis de la interacción social comienza y termina con la sociedad. Es a través de nuestras experiencias en la vida social donde aprendemos la comunicación simbólica, es decir, cómo interpretar y usar símbolos para comunicarnos con los demás de manera efectiva. Al interactuar con las personas que nos rodean, somos capaces de predecir sus intenciones y comunicarnos de forma exitosa. Sin embargo, también existe otra cara de la moneda. Como actores sociales, puede haber ocasiones en las que no podamos entender los gestos y señales de otras personas o simplemente no los leamos correctamente. En esas situaciones, nuestras interacciones pueden verse afectadas negativamente. Si no sabemos qué esperar de los demás, no podemos seguir las normas sociales o ser creativos en nuestras respuestas, lo que lleva a interacciones poco saludables. Es fundamental tener una comprensión clara y precisa de las señales y gestos sociales para poder tener interacciones sociales sanas y significativas. Nuestra capacidad para interpretar y responder adecuadamente a las intenciones de los demás juega un papel vital en la creación de relaciones sociales positivas y enriquecedoras.

El autor enseña que nuestra formación como individuos está profundamente arraigada en la interacción social con los demás. Esto significa que nuestra identidad y desarrollo no se construyen de forma aislada, sino a través de nuestra participación activa en la sociedad y nuestras relaciones con otras personas. Una de las ideas clave es que no podemos separar las emociones individuales de la interacción social. Nuestra formación no es simplemente una experiencia interna, sino que está estrechamente vinculada con el proceso cognitivo de intervención y formación en la acción. Es decir, nuestras acciones y



respuestas están influenciadas por nuestra interacción con los demás y el contexto social en el que nos encontramos.

También nos habla de la importancia de ponerse en el lugar del "Otro". Esto significa que debemos aprender a ver las cosas desde la perspectiva de los demás, comprender sus puntos de vista y necesidades para poder definir nuestras propias acciones. Al hacerlo, aprendemos a identificarnos como nuestro propio objeto y a actuar para el "Otro generalizado", es decir, para el grupo social al que pertenecemos. Así, organizamos y damos sentido al papel que desempeñamos en la sociedad.

Es importante destacar que a través de la organización social el individuo puede identificarse como una entidad propia, estar en sintonía con su entorno y asumirse como parte del colectivo, los "Otros". Es decir, somos una combinación de todos aquellos que nos rodean y de la comunidad en la que vivimos, lo que nos convierte en seres sociales y parte integral de la sociedad. Para comprender mejor este proceso, el autor describe dos etapas en el desarrollo de una persona. En la primera etapa, el sujeto se forma a través de las actitudes particulares de otros individuos hacia él y entre sí. Es la interacción con los demás lo que va moldeando nuestra identidad y nuestra forma de ver el mundo. Pero la historia no termina ahí. En la segunda etapa, ocurre un desarrollo más completo de la persona. No solo organizamos las actitudes de otros individuos particulares, sino que también incorporamos las actitudes sociales y grupales de la comunidad a la que pertenecemos. Es como si fuéramos un lienzo en el que se van pintando las influencias de todas las personas que interactúan con nosotros y las del grupo social al que pertenecemos. Estas actitudes sociales y grupales se vuelven parte integral de nuestra experiencia personal y conforman nuestra estructura y composición personal. Así como aprendemos de los demás, también influimos en ellos, y es este proceso bidireccional el que nos permite crecer como individuos y como sociedad.



Mead (1972, citado por Zaragoza y Mercado, 2011) nos enseña que la sociedad no solo impone normas y valores al individuo desde afuera, sino que él mismo interpreta y asimila esas normas y valores, dándoles sentido desde sus propias reflexiones y experiencias. Es decir, nuestra interacción con la sociedad no es simplemente una relación de imposición externa, sino que el individuo también juega un papel activo al dar significado a las normas y valores sociales. Es a través de nuestras acciones y reflexiones que tanto el individuo como la sociedad se construyen de manera independiente, pero a la vez se complementan. Es un proceso dinámico en el que ambos aspectos se entrelazan y se influyen mutuamente. Por lo tanto, no podemos decir que primero viene el individuo y luego la comunidad, porque el individuo se forma y desarrolla en el proceso mismo, de manera similar a como las células diferenciadas surgen en un organismo pluricelular.

La formación de los seres humanos se basa en la interacción social de los individuos, lo que le permite al autor establecer una teoría que trasciende el nivel de las emociones individuales y se enfoca en el proceso cognitivo de intervención y formación en la acción. No se puede decir que hay un individuo y luego una comunidad, porque el individuo se produce en el proceso mismo.

2.2.6. Procrastinación

La procrastinación es una tendencia cada vez más común entre las personas, y se manifiesta a través de frases como "lo haré más tarde", "necesito un descanso antes de empezar", y "ya sé cómo hacerlo, solo no lo he comenzado". Estas decisiones, que pueden parecer sencillas de tomar, se tornan difíciles de ejecutar en la práctica.

Para Steel (2007) la procrastinación se describe como el acto de posponer la realización de una tarea o actividad, sabiendo que esta postergación puede tener consecuencias negativas para el sujeto. En este proceso, la autoconciencia juega un papel



fundamental, y la procrastinación ocurre cuando nosotros no regulamos adecuadamente nuestras emociones en la gestión del tiempo dedicado a una tarea. Aunque somos conscientes de que estamos posponiendo la actividad, seguimos haciéndolo, lo que puede llevarnos a una experiencia desagradable y a sentimientos de insatisfacción o malestar subjetivo. Por ello, la procrastinación se caracteriza por aplazar tareas importantes, a pesar de ser conscientes de las posibles consecuencias negativas y del impacto emocional negativo que ello puede generar.

Según Chan (2011) aborda el tema de la procrastinación en estudiantes, cómo esta tendencia a postergar tareas importantes afecta negativamente a la toma de decisiones y a la resolución de conflictos en los estudiantes. Se plantea que esta procrastinación puede manifestarse especialmente cuando los estudiantes se enfrentan a la disyuntiva entre completar sus deberes académicos o satisfacer otras demandas del entorno en el que se desenvuelven. Asimismo, se destaca la relevancia de considerar el impacto de esta conducta de procrastinación durante la etapa de la adolescencia, ya que su persistencia no solo afecta el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también repercute a largo plazo en otras áreas importantes de sus vidas. Entre ellas, se mencionan actividades familiares, sociales, laborales y otras áreas de desarrollo personal.

2.2.7. Procrastinación académica

Dentro de este marco teórico de investigación, se toma en consideración la perspectiva de Busko (1998) quien asume que la procrastinación académica afecta las actividades de la vida diaria de los adolescentes ya que, puede manifestarse en el incumplimiento de las responsabilidades académicas, debilitando así la autonomía individual. Cuando un estudiante procrastina en las tareas y obligaciones diarias, La falta de cumplimiento de estas obligaciones puede tener un impacto negativo en la vida cotidiana, afectando la organización, la eficiencia y el bienestar general de la persona.



Además, la procrastinación también puede afectar la interacción con el sistema social. Por ejemplo, si alguien pospone constantemente tareas importantes en el colegio, puede afectar su desempeño académico y su relación con compañeros y docentes. La procrastinación tiene un impacto más amplio que solo afectar el aspecto académico, ya que también puede debilitar la autonomía individual y afectar el desenvolvimiento de una persona en su vida diaria y en su interacción con el entorno social.

Para Steel (2007) es el hábito de posponer de manera frecuente y deliberada las tareas académicas, lo que dificulta cumplir con los plazos establecidos por los docentes. Esto significa que los estudiantes no hacen las tareas a tiempo, y esto está relacionado con una mala gestión del tiempo. Los estudiantes que procrastinan suelen sentir que no tienen suficiente tiempo para completar sus tareas académicas en el momento adecuado. Como resultado, tienden a retrasar la realización de estas tareas y, a menudo, se ven en situaciones de estrés y ansiedad cuando se acercan las fechas de entrega.

Asimismo David y Becerra (2012) indican que el incremento de la procrastinación académica ocurre cuando las personas eligen realizar actividades que proporcionan gratificación o beneficios inmediatos en lugar de enfocarse en aquellas tareas a largo plazo que pueden tener efectos positivos significativos en sus vidas. En otras palabras, en lugar de dedicarse a actividades académicas que requieren esfuerzo y tiempo para completarse, como estudiar para un examen, hacer una investigación o trabajar en un proyecto, los estudiantes procrastinadores optan por actividades más inmediatas y placenteras, como mirar televisión, jugar videojuegos, navegar en redes sociales, entre otras cosas. Aunque estas actividades pueden brindar gratificación instantánea, el resultado a largo plazo es que se pospone el trabajo importante y necesario para alcanzar metas académicas y obtener resultados positivos en sus vidas, lo que puede conducir a problemas académicos, estrés y frustración.



Wambach et al., (2001) presentan una clasificación diferenciada de los procrastinadores académicos, que incluye cuatro tipos: los diligentes, los evitativos, los temerosos y los rebeldes. Los procrastinadores diligentes se destacan por poseer talento y habilidades que les permiten realizar múltiples tareas en un corto periodo de tiempo. Por otro lado, los procrastinadores evitativos se caracterizan por mostrar escaso esfuerzo en el cumplimiento de sus responsabilidades y tienden a evitar situaciones que impliquen responsabilidad y compromiso. En cuanto a los procrastinadores miedosos, suelen ser indecisos y experimentan frecuentes temores al fracaso. Optan por actividades en las que puedan predecir el éxito y presentan altos niveles de ansiedad frente a situaciones de evaluación. Por último, los procrastinadores rebeldes muestran afecto negativo cuando enfrentan altos estándares de exigencia. Tienden a buscar culpar a otros cuando se retrasan en la realización de tareas, y buscan obtener buenos resultados con el menor esfuerzo posible. Además, constantemente presentan baja tolerancia a la frustración. Esta clasificación proporciona una comprensión más detallada de los diferentes perfiles de procrastinadores académicos y cómo sus actitudes, habilidades y emociones influyen en su comportamiento de postergación. Al analizar estas categorías, se busca tener una visión más completa del fenómeno de la procrastinación en el ámbito académico y cómo afecta el rendimiento y desarrollo de los estudiantes.

Según Williams et al., (2008) señalan diversos factores importantes relacionados con la procrastinación académica. Entre estos factores se encuentran el temor al fracaso, la baja autoeficacia y la baja autoconfianza. Estos aspectos pueden llevar a que un estudiante perciba que carece de las habilidades o capacidades necesarias para llevar a cabo satisfactoriamente una tarea, lo que aumenta la probabilidad de que postergue la realización de actividades que puedan evidenciar estas supuestas deficiencias. En este sentido, la procrastinación se convierte en una estrategia para evitar la ansiedad asociada



a la tarea y justificar el comportamiento mediante la excusa de falta de tiempo en lugar de reconocer la falta de habilidades. Asimismo, los mismos autores sostienen que existen variables contextuales que pueden estar vinculadas con la posibilidad de mostrar comportamientos de procrastinación. Entre estas variables se encuentran la falta de disponibilidad de áreas adecuadas para realizar actividades, la falta de claridad en las instrucciones para la realización de una tarea, relaciones inadecuadas con las personas con quienes se comparten espacios académicos, así como altos niveles de exigencia por parte de los docentes.

2.2.7.2. Autorregulación académica

La autorregulación académica se entiende como el comportamiento de autocontrol que realiza una persona a lo largo de su proceso de aprendizaje. Es necesario tener conciencia de lo que hacemos y sabemos para qué esta acción normativa sea posible (García, 2012).

Como manifiesta Pozo et al., (2001) la autorregulación es una conducta estratégica de aprendizaje que implica la gestión consciente de nuestros recursos personales para lograr objetivos de aprendizaje, también indica que una habilidad interna que nos permite planificar, organizar, monitorear y evaluar nuestro progreso académico para alcanzar el éxito en el estudio. Al utilizar diferentes estrategias y actividades de pensamiento, podemos mejorar nuestro aprendizaje y aumentar nuestra autonomía en el proceso educativo.

Baumeister et al., (2007) declararon que la "autorregulación" es la capacidad de cambiar nuestro comportamiento y ajustar nuestras habilidades mentales para mejorar el aprendizaje. Es un proceso activo y autodirigido donde adaptamos nuestras habilidades cognitivas para tener un mejor desempeño académico.



Rakes y Dunn (2010) definen la autorregulación académica como un proceso activo en el que los estudiantes establecen metas para alcanzar ciertos niveles de aprendizaje, mediante el monitoreo, la regulación y el control de su motivación y comportamiento. Además, se evalúa el grado en que los estudiantes son capaces de regular y controlar sus pensamientos, motivaciones y comportamientos en función de sus objetivos de aprendizaje.

Autocontrol

Se entiende por autocontrol al conjunto de habilidades y estrategias que posee un individuo, las cuales le permiten mantener dominio y control de sí mismo, es muy importante ya que promueve en el sujeto el desarrollo de las destrezas necesarias para adaptarse y afrontar adecuadamente las diversas situaciones de la vida (Arana, 2014).

Organización del tiempo

El tiempo es la dimensión del cambio y del movimiento; si nada cambiara, no habría tiempo, ni antes ni después. En consecuencia, el hombre es fundamentalmente un ser temporal que construye el sentido de su existencia a lo largo del tiempo a partir de sus indagaciones y búsquedas permanentes. La gestión eficaz del tiempo nos permite obtener buenos resultados y evita los temidos momentos de agobio. El estudiante que consigue desde el primer día trabajar, al menos, 2/3 horas diarias irá asimilando y dominando las asignaturas de forma gradual, sin grandes agobios finales, y podrá enfrentarse a los exámenes o entrega de trabajos con un alto nivel de preparación. Es útil llevar una agenda para controlar el cumplimiento de los plazos previstos. La organización inicial del tiempo mejorará de acuerdo a la práctica y empeño que los estudiantes pongan, a su vez el nivel de dificultad disminuirá, Agobiarse no es malo, siempre y cuando se cuente con tiempo suficiente para reaccionar el problema es preocuparse demasiado tarde (Marchena et al., 2023).



Estrategias de aprendizaje

El conjunto de actividades, técnicas y métodos de entrega utilizados para hacer que el aprendizaje sea más efectivo se conocen como estrategias de aprendizaje. Pueden cambiar según el objetivo del estudiante, el material de estudio, la capacidad, las limitaciones de aprendizaje y el estilo de aprendizaje. Las estrategias de aprendizaje son una serie de operaciones cognitivas y procedimentales que se utilizan para procesar información y aprenderla de manera significativa. Los métodos utilizados en una estrategia educativa se conocen como técnicas de aprendizaje (Universidad Estatal a Distancia, 2023).

Los pasos específicamente dentro de esta secuencia se denominan tácticas de aprendizaje, mientras que las estrategias de aprendizaje son una serie de pasos o planes orientados hacia el logro de los objetivos de aprendizaje. En esta situación, los procedimientos estarían en un nivel superior e incluirían varias tácticas o técnicas de aprendizaje.

2.2.7.3. Postergación de actividades

Es la acción o hábito de posponer tareas o situaciones importantes en favor de alternativas más placenteras, pero sin importancia. Es una cuestión organizativa con la que muchos estudiantes deben lidiar (Recchioni et al., 2015).

El concepto de postergación es la tendencia de aplazar o posponer actividades de forma frecuente. Esto puede generar ansiedad, baja autoeficacia y estrés, especialmente cuando se trata de entregar trabajos o tareas académicas, lo que puede llevar a obtener calificaciones negativas.

La procrastinación implica una decisión intencionada de postergar tareas sin necesidad, sustituyéndolas por actividades de menor importancia, a pesar de ser conscientes de las consecuencias negativas y desventajas que esto puede acarrear. Es una



conducta que afecta negativamente la productividad, ya que las tareas importantes pueden quedar incompletas o entregadas tarde (Dominguez et al., 2014).

En otras palabras, cuando los estudiantes tienen una alta predisposición a postergar sus tareas académicas, tienden a dejarlas para última hora o a no cumplir con los plazos establecidos por sus docentes. Esto puede tener consecuencias negativas para su rendimiento académico, ya que puede afectar la calidad de su trabajo y su capacidad para cumplir con las expectativas de los maestros o tutores (Rothblum et al. 1986).

Aplazamiento de inicio, continuación o culminación de tareas académicas

Álvarez (2010) menciona que el constructo se describe como un fenómeno conformado por un patrón cognitivo y conductual que tiene que ver con la intención de realizar una tarea, pero falta de iniciativa para desarrollarla y completarla. Además, el que este proceso va acompañado de la vivencia de emociones fuertes y poco saludables como la ansiedad, la preocupación o la desesperación.

El uso del promedio como medida del rendimiento académico responde a políticas institucionales, por ejemplo, se utiliza para determinar una serie de aspectos académicos como la ubicación en un ranking de estudiantes o algunos beneficios para los estudiantes. Además, el resultado promedio es significativo en la práctica porque es un criterio crucial para la empleabilidad de los graduados y un predictor de su estado ocupacional. Desde la parte metodológica, el promedio ponderado constituye una medida objetiva del rendimiento académico con buena consistencia interna y estabilidad temporal.

Presión de tiempo de culminación de tareas.

La presión del tiempo aparece como forma de estrés y ansiedad que resultan de la tensión formada por la limitación del tiempo; como consecuencia manifiesta efectos en la forma como los estudiantes harán sus elecciones para la culminación de sus tareas. Es por ello que frecuentemente las decisiones terminan por retrasar, y esto afecta los niveles



de bienestar. En lo mencionado existe la pretensión de tener más tiempo para realizar una actividad o ejercicio, pero las circunstancias imposibilitan que el estudiante use su tiempo de acuerdo con su voluntad (Basso et al., 2013).

2.2.8. Causas de la procrastinación

Natividad (2014) argumenta que la procrastinación académica puede generarse por diversas causas. Entre ellas se encuentran:

Ansiedad: Caracterizada por un estado de inquietud y respuestas ante estímulos que son percibidos como difíciles o peligrosos, lo que puede llevar a posponer tareas académicas que se perciben como desafiantes.

Déficit de autocontrol: Representa dificultades para mantener el dominio y control sobre uno mismo, incluyendo las conductas, emociones y pensamientos. Esto puede llevar a la incapacidad de evitar la procrastinación y postergar tareas importantes.

Dificultades para ser autónomo: Refleja la incapacidad de actuar según el propio criterio, independientemente de las opiniones, deseos y decisiones de los demás. Esto puede llevar a depender de la validación o aprobación de otros antes de abordar tareas académicas.

Incapacidad para gestionar el tiempo personal: Se refiere a la falta de habilidades para organizar y administrar el tiempo de manera efectiva, lo que puede resultar en la incapacidad de cumplir con las tareas y objetivos académicos en los plazos previstos.

Baja autoestima y sentimientos de valía: Esto implica una valoración negativa de sí mismo, lo que puede llevar a la falta de confianza en la propia capacidad para completar las tareas académicas con éxito.



Dificultades para proyectarse al futuro: Hace referencia a la carencia de objetivos, metas o proyectos definidos, lo que puede generar incertidumbre y falta de motivación para llevar a cabo las tareas académicas.

Modelos de referencia inadecuados: Se refiere a la influencia de padres, hermanos u otros adultos que tienen hábitos procrastinadores. Si los estudiantes asumen estos comportamientos como normales, pueden verse más propensos a procrastinar en sus propias tareas académicas.

2.2.9. Teoría motivacional

Siguiendo con el marco de nuestro estudio, nos adentraremos en la teoría motivacional de la procrastinación académica. Abordaremos la cuestión crucial de por qué posponer tareas importantes mientras luchamos por encontrar la motivación necesaria para enfrentar nuestros desafíos educativos a pesar de tener metas claras y objetivos académicos, a veces nos encontramos evitando las tareas que deben realizarse. Para ello, exploraremos el trabajo de varios autores destacados que han contribuido a nuestra comprensión de este comportamiento y cómo la motivación juega un papel esencial en nuestro desempeño académico. Esa sensación familiar de posponer tareas importantes, mientras luchamos por encontrar la motivación necesaria para enfrentar nuestros desafíos educativos.

La teoría o modelo motivacional de Ferrari et al., (1995) describe la motivación como un rasgo constante en las personas. La motivación de logro se refiere a una serie de conductas que están orientadas a alcanzar el éxito en cualquier situación que se presente. El individuo puede tomar dos posiciones diferentes frente a esta motivación: la esperanza de alcanzar el éxito o el miedo al fracaso. La esperanza de alcanzar el éxito se refiere a cuando la persona está motivada por el deseo de lograr un resultado positivo y exitoso en una tarea o actividad, por otro lado, el miedo al fracaso es cuando la persona está motivada



por evitar una situación que percibe como negativa o el fracaso en una tarea. Cuando el miedo al fracaso supera la esperanza de éxito, las personas tienden a optar por actividades en las que creen que tienen una mayor garantía de éxito, posponiendo así aquellas actividades que consideran más complejas o en las que anticipan un posible fracaso. En otras palabras, la percepción de éxito o fracaso influye en la elección de actividades y cómo se enfrentan a diferentes situaciones. Si el miedo al fracaso es dominante, las personas pueden evitar desafíos más grandes o tareas complicadas porque temen no cumplir con éxito, mientras que, si la esperanza de éxito es predominante, estarán más inclinadas a asumir desafíos y tareas difíciles.

Para Robbins y Judge (2009) la motivación está relacionada con el comportamiento de los individuos en la consecución de objetivos académicos. Describe la motivación como los procesos que afectan la intensidad, dirección y persistencia del esfuerzo que un estudiante realiza para lograr un objetivo. Asimismo, menciona que la motivación puede variar tanto entre diferentes estudiantes como en una misma persona en diferentes momentos. Tiene tres elementos fundamentales: la intensidad, dirección y la persistencia. La intensidad se refiere al grado de esfuerzo y energía que una persona invierte para alcanzar un objetivo. No basta con un esfuerzo intenso si no se canaliza hacia metas que lo beneficien, la dirección se basa en la importancia de que el esfuerzo esté dirigido hacia los objetivos, lo que significa que debe estar alineado con los propósitos y metas de la misma y la persistencia implica mantener el esfuerzo en el tiempo ya que los estudiantes motivados no se rinden fácilmente y continúan trabajando en una tarea hasta alcanzar el objetivo deseado.

Para McClellan (1953) la motivación es un elemento consistente y continuo en la vida del individuo. Esta motivación impulsa al sujeto a esforzarse siempre, independientemente de las circunstancias. El autor presenta dos caminos que una persona



puede elegir en su búsqueda por alcanzar sus metas: el temor al fracaso o la expectativa de logro. En el primer caso, el sujeto opta por mantener una distancia estratégica para evitar enfrentarse a situaciones en las que sienta que carece de habilidades para tener éxito. En cambio, en el segundo caso, el individuo persiste en la actividad con la esperanza de alcanzar el éxito. La motivación está influenciada por diversos factores interrelacionados. Uno de estos factores es el grado de dificultad percibida de la tarea. Si una tarea se percibe como altamente difícil, puede generar mayores niveles de ansiedad y afectar la motivación para abordarla. Además, la percepción de las posibilidades de éxito también influye en la motivación de logro. Si el individuo considera que tiene buenas probabilidades de tener éxito en una tarea, esto puede aumentar su motivación y esfuerzo para enfrentarla.

En conclusión, la motivación es un factor crucial en el comportamiento laboral, ya que afecta cómo los individuos se esfuerzan para alcanzar los objetivos organizacionales. Para que la motivación sea efectiva, debe haber un equilibrio entre la intensidad del esfuerzo, su dirección hacia las metas de la organización y la persistencia en el tiempo para lograr dichas metas.

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Habilidades Sociales: Las habilidades sociales se pueden categorizar teniendo en cuenta la función que cada habilidad adquiere para el individuo. Como tal, algunas habilidades optimizan las interacciones interpersonales, mientras que otras se manejan como refuerzos en contextos interpersonales para lograr objetivos (Núñez, 2016).

Caballo (2005) menciona que las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten a la persona desarrollarse en diferentes contextos ya sea individual o interpersonal, expresando sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de una manera acorde al entorno o situación. Usualmente, estas habilidades



posibilitan la resolución de problemas inmediatos al mismo tiempo la disminución de problemas futuros a medida que la persona respete las conductas de los demás.

Aprendizaje: Desde los tiempos remotos el estudio del aprendizaje ha sido abordado por distintas disciplinas y autores que desempeñan diversas funciones en la sociedad. Por otro lado, el aprendizaje es un proceso a través del cual los seres humanos obtienen ciertas habilidades al asimilar una información, que puede alcanzarse como resultado de los estudios, la experiencia, la observación o el razonamiento. Si bien la influencia externa es poderosa e imprescindible, pero no menos importante ya que posee la capacidad del propio individuo, que es en definitiva quien aprende. El aprendizaje puede ser visto como el resultado de una socialización cambiante, que se adhiere a la forma de actuar del sujeto (Balcazar, 2016).

Comunicación: La comunicación es una herramienta esencial que permite al ser humano expresar sus ideas, pensamientos y sentimientos a través de signos verbales. El lenguaje y la comunicación están estrechamente relacionados, ya que el lenguaje utiliza los signos para formar mensajes claros en el proceso de comunicación. Para que la comunicación sea efectiva, debe tener lugar en un contexto adecuado, y el lenguaje debe aplicarse de manera clara. El contexto es el espacio donde se produce la comunicación y puede afectarse por elementos externos, como el ruido, que distorsionan la calidad del mensaje, dificultando su recepción adecuada. La comunicación humana es una necesidad personal que implica participación y diversidad de al menos dos personas, que comparten y se entregan mutuamente. Es un proceso que refleja la unidad y la concordancia entre las partes para formar un todo. La comunicación es esencialmente humana y se aplica a varios procesos dinámicos en el interior del ser humano. Las características de la comunicación incluyen la relación entre personas, la participación mutua, la entrega y la referencia al ser sí mismo. Estos elementos hacen posible el proceso educativo como



clave de personalización y socialización creadora, donde la apertura, la recepción y la reciprocidad son fundamentales (Gómez, 2016).

A través de este proceso, los miembros del grupo tienen la capacidad de expresar sus afectos, pensamientos, valores, sentimientos y conflictos, y que es posible hacerlo en cualquiera de las diversas formas de comunicación que ahora se utilizan (Villareal, 2016).

Relaciones interpersonales: Constituyen un eje importante para la socialización, puesto que hoy en día están relacionadas con el éxito del ser humano y por consecuencia con el logro de metas, esto está relacionado con las destrezas sociales e impactan en el desarrollo personal (Villareal, 2016).

Para Moreno y Perez (2018) las relaciones interpersonales son importantes en la vida de los seres humanos, destaca que la interacción recíproca con otros individuos es fundamental para el desarrollo y bienestar emocional y social de las personas. Las relaciones interpersonales son interacciones entre dos o más personas. Los seres humanos somos seres sociales por naturaleza y necesitamos conexiones con otras personas, la interacción con otros desde edades tempranas puede tener diversos impactos, como, por ejemplo; aprendizaje de actitudes, construcción de valores en relación con el entorno, habilidad para ver situaciones desde el punto de vista del otro, formación de la identidad personal, adquisición de habilidades sociales, identificación de redes de apoyo en momentos difíciles, entre otros. Las relaciones interpersonales son esenciales para que las personas se reconozcan a sí mismas y construyan su identidad, ayudan a reconocer valores y principios personales, lo que permite desenvolverse adecuadamente en la sociedad.

Toma de decisiones: Es un proceso que se da continuamente en diversas circunstancias de la vida, en ocasiones puede ser un proceso poco perceptible, lento o dificultoso. Con frecuencia este proceso se da sin una comprensión del problema, y se toman decisiones sin análisis objetivo y previo (Pineda et al., 2018).



Sigmund Freud citado en Ávila (2020) sobre la toma de decisiones solía decir, que cuando se trata de decisiones triviales, es útil considerar cuidadosamente los aspectos positivos y negativos. Sin embargo, en asuntos vitales, las decisiones deben emanar del inconsciente, de algún lugar interno, ciertos factores influyen en nuestras decisiones diarias y que existen técnicas y actividades prácticas que pueden ayudarnos a tomar decisiones de manera más efectiva. Estos métodos pueden ayudarnos a acceder a nuestra intuición y a tomar decisiones más acordes con nuestros deseos y necesidades internas.

Procrastinación: Es la disposición que tienen muchas personas por aplazar o dilatar el inicio o finalización de las actividades que deben ser desarrolladas en un determinado plazo. Asimismo, puede ser considerada, desde otra perspectiva, como la acción de dilatar voluntaria e innecesariamente las tareas debido a varias causas (dificultad percibida, desagrado o desmotivación), lo cual provocaría estrés y ansiedad (Araoz et al., 2022).

Procrastinación académica: Además de ser un problema para gestionar el tiempo, implica también una asociación entre factores cognitivos, afectivos y conductuales. Los factores cognitivos se describen a una serie de pretextos o argumentos que los estudiantes brindan para tratar de justificar sus conductas dilatorias, los factores afectivos están referidos con el temor a fracasar, mientras que los factores conductuales se relacionan con la poca atención y una incoherencia entre lo que ellos ansían realizar y lo que efectivamente logran (Araoz et al., 2022). La procrastinación académica ha sido entendida como el atraso frecuente e intencional de las tareas académicas, lo que dificulta cumplir con la entrega de las tareas en las fechas establecidas por los docentes. La procrastinación académica se relaciona con el ineficaz manejo del tiempo; es decir, los estudiantes no gestionan su tiempo de tal forma que sienten que no les alcanza para realizar sus tareas académicas en el momento que deben (Duda y Gallardo, 2018). Como



resultado de que los estudiantes retrasen sus tareas escolares en favor de otros intereses como juegos, fiestas, caminatas, entre otros, la procrastinación se ha convertido en un problema emergente que afecta negativamente el rendimiento académico (Atalaya y García, 2019).



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

El presente trabajo de investigación tuvo como lugar en la Institución Educativa Secundaria Comercial 45 Emilio Romero Padilla, ubicado en la ciudad de Puno, provincia de Puno y departamento de Puno, que está ubicado al extremo Sur del Perú y cuenta con 13 provincias. El territorio puneño comprende, 43886,36 km² de sierra, 23101,86 km² de zona selva y 4996,28 km² que pertenecen a la parte peruana del Lago Titicaca. La ciudad de Puno en específico limita con el país de Bolivia.

3.2. TIPO Y MÉTODO DE ESTUDIO

La presente investigación tiene un alcance descriptivo-correlacional, ya que los estudios correlacionales como lo menciona Hernández (2018) “tienen como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular” (p.93).

La investigación utilizó el método hipotético - deductivo, que se inicia con verdades generales hasta llegar al conocimiento de verdades específicas o puntuales. Los métodos hipotético-deductivos conducen a la investigación cuantitativa, lo que significa que ciertas hipótesis se derivan de teorías generales, ya que se recolectarán datos sobre las variables de estudio; habilidades sociales y procrastinación académica, para luego ser analizados estadísticamente. Al respecto Hernández (2018) afirma que los métodos cuantitativos “utilizan la recopilación de datos para probar hipótesis basadas en medidas numéricas y análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (p.40).



3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTO DE RECOJO DE DATOS

3.3.1. Técnica de recolección de datos

En la investigación usaremos como técnica la encuesta con el propósito de obtener, procesar, conservar y comunicar los datos que favorecerán para medir los indicadores, las dimensiones, las variables y de este modo contrastar la verdad y falsedad de la hipótesis.

López & Fachelli (2015) manifiestan que “la encuesta es uno de los métodos de investigación social más emitidos, que se fundamenta en las declaraciones verbales o escritas de una muestra de la población con el propósito de recabar información” (p.8).

3.3.2. Instrumentos de recolección de datos

Para desarrollar la encuesta utilizaremos como instrumento el cuestionario considerando que es el que más se adecua a nuestro proyecto de investigación.

Por su parte, Hernández (2018) señala que los instrumentos “son aquellos medios impresos, dispositivos o herramientas que se utilizan para registrar las observaciones o las entrevistas” (p.217).

PARA LA VARIABLE X

Se utilizó la escala de habilidades sociales diseñada por Arnold Goldstein con todo su equipo de colaboradores especialistas en ciencias de la conducta, así determinaron que comprenden de seis tipos: Habilidades sociales básicas, habilidades sociales avanzadas, habilidades relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. Al mismo tiempo este instrumento fue validado indicando que “con propósitos de aumentar la precisión de la confiabilidad se calculó el Coeficiente Alpha de Cronbach, obteniéndose Alpha Total “ r_{tt} ” =0.9244, demostrando su precisión y estabilidad” (p.6).



De estos seis tipos de habilidades sociales se tomó en consideración tres de ellas para ejecutar la presente investigación:

Habilidades Sociales Básicas: 8 ítems (del 1 al 8).

Habilidades Sociales Avanzadas: 6 ítems. (del 9 a 14).

Habilidades de Planificación: 8 ítems. (del 43 al 50).

PARA LA VARIABLE Y

Se utilizó la escala de procrastinación académica de Busko adaptada por Domínguez, et. al (2014), en el que se precisa dos factores:

El Factor 1: Autorregulación académica.

El Factor 2: Postergación de Actividades.

En el presente cuestionario el grado de confiabilidad se estimó mediante el alfa de Cronbach obteniéndose .816 para la escala total; .821 para el factor Autorregulación académica, y .752 para el factor Postergación de actividades.

Se concluye que la EPA cuenta con propiedades psicométricas adecuadas para seguir con estudios de validación utilizando otras estrategias, apoyando su uso como instrumento de evaluación de la procrastinación académica.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

3.4.1. Población

La población universal está conformada por estudiantes de la I.E.S. Comercial N° 45 Emilio Romero Padilla, quienes son un total de 995 estudiantes, que a su vez están comprendidos en grados de 1ro a 5to.

Tabla 1

Estudiantes matriculados

Grado	N° de estudiantes matriculados
Primero	186
Segundo	188
Tercero	203
Cuarto	192
Quinto	226
TOTAL	995

“Elaborado por el equipo de trabajo”

3.4.2. Muestra

Se utilizó el método de muestreo probabilístico, específicamente el muestreo aleatorio estratificado para seleccionar la muestra de la población. Hernández (2018) manifiesta que “en las muestras probabilísticas todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser escogidos para conformar la muestra y se obtienen definiendo las características de la población y el tamaño de la muestra, y por medio de una selección aleatoria” (p.200).

$$n = \frac{Z^2(P * Q)}{e^2 + \frac{Z^2(P * Q)}{N}}$$

Dónde:

n : Es el tamaño de la muestra

N : Es el tamaño de la población.

Z : Es el nivel de confianza (1.96), es decir, 95% de confianza)

e : Es la precisión o el error (5% de error)

p : Probabilidad de éxito (0.5)

q : Probabilidad de fracaso (0.5)

Cálculo de la muestra:



- N = 995
Z = 1,96 (95% de confianza)
e = 0,05 (5% de error)
p = 0.5
q = 0.5

Reemplazamos los valores:

$$\frac{(1.96)^2 * (0.50 * 0.50)}{(0.05)^2 + \frac{(1.96)^2(0.50 * 0.50)}{995}}$$

$$n = 278$$

La fórmula del cálculo del muestreo nos permite estudiar el comportamiento y las opiniones de toda una población, analizando únicamente una parte de esta, en tal sentido se hará uso del muestreo probabilístico de tipo aleatorio estratificado.

De acuerdo con la fórmula empleada, se seleccionaron aleatoriamente 278 estudiantes de la población total para participar en el estudio o investigación. Al emplear el muestreo aleatorio estratificado, se buscaba garantizar que todos los individuos de la población tuvieran una oportunidad equitativa de ser seleccionados.

Tabla 2

Muestra seleccionada de los estudiantes

Grado	N° de estudiantes seleccionados
Primero	60
Segundo	55
Tercero	53
Cuarto	60
Quinto	50
TOTAL	278

“Elaborado por el equipo de trabajo”

3.5. PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO

Para procesar la información se utilizará los instrumentos siguientes: Un cuestionario de preguntas cerradas, que permitirán establecer la situación actual y alternativas de solución a la problemática que se establecerá en la presente investigación, además se usará el Programa SPSS versión 25 y Microsoft Excel.

3.5.1. Baremación o escala de valoración

Tabla 3

Cuadro de valoración de la Variable X

Baremos para 3 niveles	Niveles		
	Bajo	Medio	Alto
Habilidades sociales	22 - 51	52 - 81	82 - 110

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 3, se observa la escala de valoración a partir de la escala Likert de las habilidades sociales el cual consta de cinco categorías: "Nunca", "Pocas veces", "A veces", "Casi siempre" y "Siempre" con un número total de 22 ítems, el cual fue dividido por baremos en tres niveles "Bajo", "Medio" y "Alto" para una interpretación más eficiente y comprensible, donde constan de un valor mínimo, valor máximo, un rango y una distancia.

Tabla 4

Cuadro de valoración de la variable Y

Baremos para 3 niveles	Niveles		
	Bajo	Medio	Alto
Procrastinación académica	12 – 28	29 - 44	45 - 60

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 4, se observa la escala de valoración, a partir de la escala Likert de la procrastinación académica el cual consta de cinco categorías: "Nunca", "Pocas veces", "A veces", "Casi siempre" y "Siempre" con un número total de 12 ítems, el cual fue



dividido por baremos en tres niveles "Bajo", "Medio" y "Alto" para una interpretación más eficiente y comprensible, donde constan de un valor mínimo, valor máximo, un rango y una distancia.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En este capítulo, se presentan los resultados del trabajo de investigación, los cuales fueron obtenidos mediante la aplicación del instrumento de tipo escala Likert, a través del llenado de las encuestas por parte de 278 estudiantes de primero a quinto grado de educación secundaria de la Institución educativa comercial N°45 “E.R.P.”. La información recopilada se presenta en forma de tablas estadísticas, las cuales fueron generadas utilizando Microsoft Excel y el programa SPSS V. 25. Esta herramienta facilita organizar, analizar e interpretar de manera clara y precisa la distribución de los datos, así como los porcentajes correspondientes de cada nivel en respuesta a las variables, dimensiones e indicadores. Con el propósito de ofrecer una presentación estructurada se detallan continuación los hallazgos obtenidos.

4.1. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1.1. Resultado para el objetivo específico 1

OE 1: Identificar la incidencia de las habilidades sociales básicas en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 5

Escucha activa y procrastinación académica

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Escucha activa	Baja	44	15,8	117	42,1	55	19,8	216	77,7
	Media	28	10,1	25	9,0	7	2,5	60	21,6
	Alta	0	0,0	1	0,4	1	0,4	2	0,7
	Total	72	25,9	143	51,4	63	22,7	278	100,0

“Elaborado por el equipo de trabajo”



En la Tabla 5, se observa que el 42,1% de los estudiantes presentan baja escucha activa y media procrastinación académica, por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan alta escucha activa y media procrastinación académica, lo que significa que, los estudiantes tienen dificultades para prestar atención y comprender lo que se les está comunicando, a la vez muestran falta de interés o distracción. La escucha activa a un nivel bajo resulta una comprensión limitada de las instrucciones, conceptos académicos y las interacciones sociales. Los estudiantes pierden detalles importantes o no captar la totalidad del mensaje transmitido, por lo que pueden mostrar falta de respeto hacia los demás al no prestar atención o pueden tener dificultades para seguir las instrucciones y participar de manera efectiva en las interacciones verbales, como consecuencia es probable que tengan dificultades para reconocer los logros o contribuciones de sus compañeros, lo que limita su capacidad para mostrar aprecio y reconocimiento hacia los demás.

Por lo tanto, cuando los estudiantes no prestan atención o no escuchan tienen una comprensión limitada de las instrucciones y conceptos, enfrentan dificultades para completar las tareas de manera efectiva. Además, su falta de respeto hacia los demás al no prestar atención afectan negativamente sus interacciones sociales y su participación en discusiones verbales. Esto resulta una falta de colaboración y dificultades para reconocer los logros de sus compañeros. Entonces, un bajo desarrollo de escucha activa obstaculiza el desempeño académico y las relaciones sociales, contribuyendo así a la procrastinación académica en los estudiantes.

Tabla 6*Asertividad y procrastinación académica*

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Asertividad	Baja	39	14,0	111	39,9	51	18,3	201	72,3
	Media	32	11,5	32	11,5	12	4,3	76	27,3
	Alta	1	0,4	0	0,0	0	0,0	1	0,4
Total		72	25,9	143	51,4	63	22,7	278	100,0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 6, se observa que el 39,9% de los estudiantes presentan baja asertividad y media procrastinación académica; por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan alta asertividad y baja procrastinación académica. Ser asertivo implica tener la capacidad de responder de manera adecuada en situaciones diversas. Esto implica utilizar un tono de voz adecuado, responder de forma positiva y expresar emociones negativas y positivas de manera saludable. Ser asertivo implica comunicarse de manera efectiva y equilibrada, expresando de manera adecuada tanto emociones negativas como positivas. (Cárdenas, 2019).

Sin embargo, los estudiantes al tener una baja asertividad manifiestan dificultades para expresar sus opiniones y deseos de manera clara y respetuosa. Muestran temor al rechazo, lo que les impide iniciar conversaciones o participar activamente en ellas. También pueden tener dificultades para formular preguntas y buscar información, ya que les resulta incómodo expresar sus dudas o solicitar aclaraciones. Además, presentan inseguridad al presentarse ante los demás, sintiéndose incapaces de transmitir su identidad de manera efectiva.

Estos estudiantes experimentan ansiedad, timidez o falta de confianza en situaciones sociales, lo que limita su capacidad para establecer relaciones significativas y

participar plenamente en interacciones sociales. Evitan situaciones sociales o mantener un papel pasivo en las conversaciones, sintiéndose excluidos o incomprendidos.

La baja asertividad en los estudiantes está relacionada con la procrastinación académica. Cuando los estudiantes tienen dificultades para expresar sus opiniones y deseos de manera clara y respetuosa, sienten temor al rechazo y evitan iniciar conversaciones o participar activamente en ellas. Esto conlleva a una falta de comunicación efectiva y dificultades para buscar información o aclarar dudas, lo que afecta su capacidad para completar las tareas académicas de manera oportuna. Además, la inseguridad al presentarse ante los demás y la incapacidad de transmitir su identidad de manera efectiva pueden generar falta de confianza en sí mismos y una tendencia a posponer las responsabilidades académicas.

Tabla 7

Etiqueta social y procrastinación académica

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
Etiqueta social		N	%	N	%	N	%	N	%
	Baja	38	13.7	35	12.6	51	18.3	194	69.8
	Media	30	10.8	105	37.8	10	3.6	75	27.0
	Alta	4	1.4	3	1.1	2	0.7	9	3.2
Total		72	25.9	143	51.4	63	22.7	278	100.0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 7, se observa que el 37,8% de los estudiantes presenta un nivel medio de etiqueta social y un nivel medio en procrastinación académica; por otro lado, solo el 1,4% de los estudiantes presentan alta etiqueta social y baja procrastinación académica. La etiqueta social consiste en seguir reglas que promueven el respeto, la consideración y los buenos principios en las interacciones con los demás (Columbia, 2019).

Por lo tanto, al tener un nivel medio de etiqueta social, conlleva a que los estudiantes muestran una capacidad aceptable para adaptarse y cumplir con las normas y



expectativas sociales en la mayoría de las situaciones. Sin embargo, todavía presentan algunas dificultades o áreas de mejora en su comportamiento social. Pueden tener problemas para entender señales sociales que no son obvias o claras, y tener dificultades para comportarse adecuadamente en situaciones sociales que no son muy organizadas o estructuradas. Es posible que los estudiantes todavía necesiten mejorar sus habilidades para leer las emociones de los demás y para responder de manera empática, como también requieren apoyo y orientación para mejorar aspectos específicos de su interacción social. Con la intervención adecuada, pueden seguir fortaleciendo sus habilidades y alcanzar un nivel más alto de competencia social.

Un nivel medio de etiqueta social en los estudiantes está relacionado con la procrastinación académica. Aunque muestran una capacidad aceptable para adaptarse a las normas sociales en la mayoría de las situaciones, aún presentan dificultades en su comportamiento social. Estas dificultades en la etiqueta social interfirieron en las interacciones sociales y en el cumplimiento oportuno de las tareas académicas. Los estudiantes evitan o posponen las tareas escolares debido a la ansiedad social o la falta de habilidades para relacionarse efectivamente con sus compañeros.

A partir de estos hallazgos se observa en las Tablas 5, 6 y 7, que engloban las habilidades sociales básicas, que los estudiantes tienen dificultades para iniciar y mantener conversaciones con sus compañeros, falta de iniciativa para participar activamente en el entorno académico, ya sea formulando preguntas, participando en discusiones o presentándose en general, esto tiene un impacto en la procrastinación académica. Si los estudiantes no se sienten motivados o comprometidos con sus responsabilidades académicas, es más probable que pospongan las tareas y se involucren en comportamientos de procrastinación. Es importante fomentar la participación activa



de los estudiantes y abordar cualquier dificultad que puedan tener en este aspecto para promover un compromiso más sólido con sus estudios.

Así como refiere Babarro (2021) desde temprana edad, las personas adquieren las habilidades sociales básicas, las cuales son fundamentales para entablar y mantener conversaciones. Estas habilidades implican saber cómo iniciar, mantener y concluir una conversación de manera efectiva. Además, incluyen la capacidad de formular preguntas pertinentes y otras habilidades relacionadas que contribuyen a una interacción social exitosa. Las habilidades sociales básicas son las destrezas necesarias para interactuar de manera adecuada y satisfactoria en las conversaciones.

Estos resultados los contrastamos con Unocc & Castillo (2020) que al igual que nuestra investigación, revelaron una correlación inversa significativa entre las habilidades sociales y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria. Además, se observaron correlaciones negativas moderadas entre diferentes tipos de habilidades sociales y la procrastinación académica en esta población estudiantil. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes que poseen mejores habilidades sociales tienden a procrastinar menos en sus tareas académicas, mientras que aquellos con habilidades sociales menos desarrolladas tienden a procrastinar más en sus responsabilidades académicas. Estos resultados resaltan la importancia de fomentar el desarrollo de habilidades sociales para mejorar el rendimiento académico y la eficacia en el manejo del tiempo en el ámbito estudiantil.

4.1.2. Resultado para el objetivo específico 2

OE 2: Identificar la incidencia de las habilidades sociales avanzadas en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 8

Validación emocional y procrastinación académica

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
Validación emocional		N	%	N	%	N	%	N	%
	Baja	30	10.8	46	16.5	53	19.1	180	64.7
	Media	41	14.7	97	34.9	10	3.6	97	34.9
	Alta	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.4
Total		72	25.9	143	51.4	63	22.7	278	100.0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 8, se observa que el 34,9% de los estudiantes presentan un nivel medio de validación emocional y un nivel medio de procrastinación académica; por otro lado, el 0,4% de los estudiantes presentan alta validación emocional y baja procrastinación académica. Valorar tanto los propios sentimientos como los sentimientos de los demás son dos aspectos interdependientes, ya que uno no puede existir sin el otro. Entonces reconocer y apreciar tanto nuestras propias emociones como las emociones de los demás son elementos inseparables y complementarios entre sí (Berján & Contreras, 2022). Por otro lado Monjas (2012) indica que cuando se valida las emociones de alguien, se le hace sentir comprendido y se reconoce su experiencia. Esto resulta en una mayor expresión verbal de sus pensamientos y sentimientos, así como en una sensación de ser escuchado.

Pedir ayuda y seguir instrucciones son formas de interactuar socialmente que pueden beneficiarse de la validación emocional, ya que promueven la conexión emocional y la colaboración en las relaciones interpersonales. Por lo tanto, en un nivel medio de desarrollo de validación emocional en los estudiantes se refiere a la dificultad



para expresar claramente sus emociones al pedir ayuda o recibir instrucciones, así como sentirse incómodos al compartir sus sentimientos o tener dificultades para identificar y comunicar sus necesidades emocionales. Sin embargo, a pesar de estas dificultades, están dispuestos a intentar expresarse y buscar apoyo cuando lo necesitan. Pueden mostrar resistencia a pedir ayuda por el miedo de ser vistos como incompetentes o débiles. Sin embargo, están abiertos a la idea de que pedir ayuda y están dispuestos a superar sus barreras emocionales para buscar apoyo cuando es necesario. Los estudiantes en este nivel siguen las instrucciones de manera adecuada, pero aún tienen dificultades para manejar las emociones que surgen durante el proceso. Pueden experimentar frustración, confusión o ansiedad al tratar de cumplir con las expectativas establecidas. Sin embargo, a pesar de estas emociones negativas, siguen trabajando para seguir las instrucciones y completar las tareas asignadas de manera efectiva. Reconocen que pueden mejorar en estas áreas, pero también reconocen que tienen algunas fortalezas. Aunque son conscientes de sus limitaciones, están dispuestos a aprender y crecer en sus habilidades sociales y emocionales.

Entonces la validación emocional es importante para expresar claramente las emociones, buscar ayuda o comunicar las necesidades emocionales, por lo que está relacionada con la procrastinación académica en los estudiantes. Las emociones negativas y el miedo a ser juzgados pueden dificultar su capacidad para enfrentar las tareas escolares, lo que lleva a la postergación. Sin embargo, a pesar de estas dificultades, los estudiantes están dispuestos a buscar apoyo y superar sus barreras emocionales, ya que, la validación emocional implica brindar apoyo y comprensión, lo que genera un mayor nivel de comunicación y confianza en las interacciones con los demás

Tabla 9*Interacción social y procrastinación académica*

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Interacción social	Baja	36	12.9	104	37.4	46	16.5	186	66.9
	Media	35	12.6	39	14.0	17	6.1	91	32.7
	Alta	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.4
Total		72	25.9	143	51.4	63	22.7	278	100.0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 9, se observa que el 37,4% de los estudiantes presentan baja interacción social y media procrastinación académica; por otro lado, el 0,4% de los estudiantes presentan alta interacción social y baja procrastinación académica. Este indicador de las habilidades sociales avanzadas está estrechamente relacionado con participar de manera activa, dar instrucciones efectivas y persuadir a los demás.

Los seres humanos son seres sociales que se relacionan activamente con su entorno. Es común entablar conversaciones con otras personas en diversos ámbitos. Los humanos tienen una naturaleza social y suelen interactuar y hablar con otras personas en diferentes contextos de su vida diaria (Monjas, 2012).

Por lo tanto, estas habilidades son fundamentales para establecer y mantener relaciones positivas, comunicarse de manera efectiva y lograr objetivos en diferentes contextos sociales. De acuerdo con los hallazgos obtenidos, los estudiantes manifiestan tener problemas para dar el primer paso en una interacción social, sintiéndose inseguros o temerosos de ser rechazados, como consecuencia presentan dificultades para influir en los demás o para convencer a los demás de compartir sus puntos de vista, demuestran falta de confianza al expresar sus opiniones y son más pasivos en situaciones de toma de decisiones o de trabajo en grupo. Es posible también que se sientan frustrados o desanimados al no poder influir en los demás o al no sentir que sus ideas son tomadas en

cuenta, como también es posible que tenga dificultades para comunicarse de manera asertiva y puedan mostrar una tendencia a evitar el conflicto o a ceder fácilmente a las opiniones de los demás. En general, los estudiantes con un nivel bajo en interacción social pueden enfrentar barreras en el establecimiento de relaciones significativas, expresión de sus pensamientos y emociones, y participación activa en situaciones sociales, sintiéndose solos o excluidos experimentando niveles elevados de ansiedad. Es importante que los estudiantes reciban apoyo y oportunidades para desarrollar sus habilidades sociales, mejorar su autoconfianza y superar las barreras que limitan su interacción social.

Cuando los estudiantes experimentan sentimientos de soledad, exclusión y niveles elevados de ansiedad debido a dificultades en su interacción social, estos factores pueden tener un impacto significativo en su motivación y enfoque hacia las tareas académicas.

La sensación de soledad y exclusión genera una falta de conexión con el entorno escolar y con otros compañeros, lo que lleva a una disminución en la motivación para participar en actividades académicas. Como resultado, los estudiantes recurren a la procrastinación como una forma de evadir o posponer las tareas académicas que les generan ansiedad o inseguridad.

Tabla 10

Regulación emocional y procrastinación académica

		Procrastinación académica							
		Baja		Media		Alta		Total	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Regulación emocional	Baja	43	15.5	40	14.4	51	18.3	191	68.7
	Media	26	9.4	97	34.9	12	4.3	78	28.1
	Alta	3	1.1	6	2.2	0	0.0	9	3.2
Total		72	25.9	143	51.4	63	22.7	278	100.0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 10, se observa que el 34,9% de los estudiantes presentan un nivel medio de regulación emocional y un nivel medio de procrastinación académica; por otro



lado, el 1,1% de los estudiantes presentan alta regulación emocional y baja procrastinación académica. este indicador está estrechamente relacionado con el concepto de pedir disculpas, ya que nos permite reconocer nuestras emociones, gestionarlas de manera adecuada y expresar nuestras disculpas de forma genuina.

Al desarrollar la habilidad de regular nuestras emociones, podemos tener en cuenta nuestros propios sentimientos al hacer planes y decisiones. Además, nuestra consideración por los derechos de los demás influirá en nuestra capacidad para controlar y regular nuestras propias emociones. Esto implica no dejar que todas nuestras emociones se expresen de forma descontrolada o impulsiva. La regulación emocional implica tener en cuenta nuestros sentimientos al tomar decisiones y controlar nuestras emociones para asegurar un comportamiento adecuado hacia los demás (Mira et al., 2017).

Un nivel medio de esta habilidad sobre la regulación emocional no es ni bueno ni malo, pero si no se aborda, podría empeorar con el tiempo, ya que desde un nivel bajo un estudiante que no tiene la habilidad de pedir disculpas puede manifestar resistencia a asumir la responsabilidad de sus acciones, negando su participación en situaciones conflictivas o buscando excusas para justificar su comportamiento. Puede carecer de remordimiento genuino por sus acciones, mostrando indiferencia hacia los sentimientos de la otra persona y sin mostrar interés arreglar el conflicto. Sin embargo, los estudiantes de la institución educativa indican tener un nivel medio de desarrollo de regulación emocional, por lo tanto, refieren que pueden manejar eficazmente el estrés y la ansiedad en ciertos contextos. No obstante, aún experimentan dificultades ocasionales en la regulación emocional en situaciones más desafiantes. Reconocen sentimientos básicos como la alegría o la tristeza, pero podrían tener dificultades para identificar emociones más complejas como el miedo, la ira, la envidia, la culpa o la vergüenza. Los estudiantes muestran cierta capacidad para comprender y reconocer las emociones de los demás, pero



aún están aprendiendo a expresar y mostrar empatía de manera consistente y para así evitar cualquier situación de conflicto. Al enfrentar desafíos en la gestión de sus emociones, presentan un potencial significativo para desarrollar habilidades más sólidas en este aspecto. Con el apoyo adecuado, pueden aprender estrategias más avanzadas de regulación emocional y fortalecer su capacidad para manejar emociones intensas y responder de manera más efectiva en situaciones sociales. Un nivel medio de habilidad en la regulación emocional en los estudiantes está asociado a la procrastinación académica. Si no se aborda, esta habilidad puede empeorar con el tiempo. En ocasiones los estudiantes muestran resistencia a asumir responsabilidad por sus acciones, pueden carecer de remordimiento genuino y tener dificultades para manejar emociones en situaciones desafiantes. Aunque manejan el estrés y la ansiedad en algunos contextos, aún pueden experimentar dificultades ocasionales.

A partir de estos hallazgos se observa en las Tablas 8, 9 y 10, que engloban las habilidades sociales avanzadas, la importancia de abordar el desarrollo de estas habilidades en el contexto educativo. Estos resultados evidencian la existencia de una asociación significativa entre el deficiente desarrollo de habilidades sociales avanzadas y la tendencia a posponer las responsabilidades académicas en un grado moderado, es por ello que en diferentes ocasiones los estudiantes no hacen preguntas a los docentes para absolver las dudas que tienen acerca de un tema en específico o presentan dificultades para interactuar de manera efectiva con sus compañeros, profesores y otros miembros de la comunidad académica. Esto puede generar sentimientos de aislamiento, baja autoestima y dificultades para colaborar en proyectos grupales. La falta de habilidades sociales avanzadas lleva a los estudiantes a evitar sus deberes y buscar refugio en la postergación de sus responsabilidades académicas. Por otro lado, la procrastinación puede ser utilizada como una estrategia de evitación para no enfrentar situaciones sociales



desafiantes. A la vez puede afectar negativamente la capacidad de los estudiantes para pedir ayuda, participar, o pedir disculpas. Estas habilidades incluyen la validación emocional, interacción social y regulación emocional.

Además, para Goldstein (1980) las habilidades sociales avanzadas implican tener la capacidad de solicitar ayuda cuando es necesario, participar activamente en actividades grupales y expresar disculpas cuando se comete un error. Asimismo, se refieren a la capacidad de interactuar de manera efectiva en situaciones que requieren pedir apoyo, participar en actividades en grupo y disculparse cuando es apropiado.

Contrastando la información con Monzon (2014) en su estudio se encontró que la mayoría de la muestra se autocalificó con habilidades deficientes para expresar sus sentimientos. Estos resultados sugieren que el entorno en el que se han desarrollado los participantes ha tenido un impacto significativo en la forma en que expresan sus emociones y sentimientos, lo que puede influir en sus relaciones y comunicación emocional con los demás.

4.1.3. Resultado para el objetivo específico 3

OE 3: Identificar la incidencia de las habilidades sociales de planificación en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 11*Resolución de problemas y procrastinación académica*

		Procrastinación académica							
		Baja		Media		Alta		Total	
Resolución de problemas		N	%	N	%	N	%	N	%
	Baja	36	12.9	112	40.3	59	21.2	207	74.5
	Media	35	12.6	31	11.2	4	1.4	70	25.2
	Alta	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.4
Total		72	25.9	143	51.4	63	22.7	278	100.0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 11, se observa que el 40,3% de los estudiantes presentan baja capacidad de resolución de problemas y media procrastinación académica; por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan alta capacidad de resolución de problemas y baja procrastinación académica. Un análisis cuidadoso de las opciones de solución en los problemas sociales puede generar las condiciones adecuadas para resolver los conflictos, abordar las causas fundamentales y convertir las circunstancias negativas en posibilidades de transformación (USAID, 2012).

De acuerdo con los hallazgos obtenidos se percibe que los estudiantes tienen dificultades para ir más allá de las causas evidentes de un problema social, por lo cual no identifican los aspectos más complejos y profundos que contribuyen al problema, al tener esta habilidad muy baja presentan una falta de comprensión más profunda de como estas habilidades influyen en sus interacciones sociales son poco capaces de identificar de manera precisa sus propias fortalezas y debilidades en situaciones específicas. A la vez el estudiante enfrenta dificultades para recoger información al abordar un problema social, por lo cual le resulta un poco difícil considerar diferentes enfoques para resolver el problema al cual se está enfrentando, como también tiene dificultades para mantener la concentración y atención, por lo mismo pierde el interés rápidamente para mantener la

motivación a lo largo de un proceso de resolución de conflictos. Entonces, el estudiante puede tener dificultades para recopilar la información necesaria, generar diversas soluciones y mantener la concentración y la atención durante la resolución de problemas. Estas son áreas donde el estudiante necesita apoyo para desarrollar esta habilidad.

Un nivel bajo en el desarrollo de resolución de problemas puede estar relacionadas con la procrastinación académica. Cuando los estudiantes tienen dificultades para resolver problemas, se sienten abrumados y evitan enfrentar las tareas académicas, lo que lleva a la postergación. La falta de habilidades en la identificación de las causas subyacentes de un problema y en la consideración de diferentes enfoques para su resolución puede generar indecisión y falta de acción, lo que contribuye a la procrastinación.

Tabla 12

Toma de decisiones y procrastinación académica

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
Toma de decisiones	Baja	N	%	N	%	N	%	N	%
	Media	41	14.7	116	41.7	57	20.5	214	77.0
	Alta	30	10.8	27	9.7	6	2.2	63	22.7
	Total	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.4
Total		72	25.9	143	51.4	63	22.7	278	100.0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 12, se observa que el 41,7% de los estudiantes presentan una baja capacidad de toma de decisiones y una media procrastinación académica; por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan una alta capacidad de toma de decisiones y una baja procrastinación académica. Los estudiantes que presentan dificultades en el desarrollo de habilidades para la toma de decisiones enfrentan diversos obstáculos en su vida académica y personal.



Tomar decisiones es una habilidad esencial que nos permite analizar diferentes opciones, evaluar las posibles consecuencias y elegir la mejor alternativa en una situación específica. En general, tomamos decisiones con el objetivo de lograr el éxito y evitamos tomar decisiones cuando queremos evitar el fracaso. La toma de decisiones implica evaluar opciones y consecuencias para elegir la mejor acción posible, ya sea para obtener resultados positivos o evitar posibles problemas (Melgar et al., 2019).

Cuando los estudiantes no logran desarrollar adecuadamente esta habilidad, se ven afectados en varios aspectos, por ejemplo, tienen dificultades para establecer metas claras y alcanzables. La capacidad de definir metas realistas y planificar los pasos necesarios para lograrlas es crucial para el éxito académico. Sin embargo, los estudiantes con problemas en la toma de decisiones carecen de dirección y motivación, lo que afecta su rendimiento. Además, les resulta complicado reconocer sus propias debilidades. La habilidad de evaluar objetivamente las fortalezas y áreas de mejora es esencial para el crecimiento personal. Los estudiantes con dificultades en la toma de decisiones tienden a subestimarse a sí mismos y les cuesta identificar las áreas en las que necesitan trabajar para mejorar.

Asimismo, encuentran dificultades para buscar ayuda cuando la necesitan. Pedir ayuda es fundamental para el desarrollo académico y personal. Sin embargo, los estudiantes con deficiencias en la toma de decisiones tienen dificultades para reconocer cuándo necesitan apoyo y para encontrar los recursos adecuados. Esto puede llevar a un sentimiento de aislamiento y limitar su progreso.

Estas dificultades en la toma de decisiones también tienen un impacto negativo en la adaptación social de los estudiantes. Experimentan dificultades para relacionarse con sus compañeros, ya que la falta de confianza en sí mismos dificulta la interacción y la participación en actividades sociales.



Es fundamental trabajar en el desarrollo de la toma de decisiones y la autoevaluación para ayudar a los estudiantes a superar la procrastinación académica y promover un rendimiento exitoso en sus estudios ya que estos factores negativos contribuyen a la procrastinación académica por lo que los estudiantes posponen las tareas al no tener una visión clara de sus metas, carecen de motivación y tienen dificultades para enfrentar y abordar sus debilidades.

A partir de estos hallazgos cabe resaltar que la habilidad social de planificación en su mayoría se presentó en niveles bajos y en un nivel medio la procrastinación académica como se observa en las Tablas 11 y 12, indicando que en dicha habilidad es donde más dificultades tienen los estudiantes y a la vez está estrechamente relacionada con la procrastinación académica. Por lo que la falta de habilidades sólidas de planificación lleva a una mayor tendencia a procrastinar en sus tareas y responsabilidades académicas. Cuando los estudiantes tienen dificultades para establecer objetivos claros y crear un plan estructurado para completar sus actividades escolares, es más probable que pospongan sus tareas, lo que resulta en una acumulación de trabajo y estrés de último momento.

Además, la procrastinación puede surgir como una forma de evitar enfrentar situaciones desconocidas o desafiantes, como adaptarse a nuevos horarios escolares y rutinas después del regreso a clases presenciales. La incertidumbre y la ansiedad asociadas con la transición de la educación virtual a la presencial pueden hacer que algunos estudiantes eviten enfrentar estas situaciones al posponer sus deberes académicos. La falta de habilidades sociales de planificación también puede afectar la capacidad de los estudiantes para comunicarse y colaborar efectivamente con sus compañeros y docentes. Una planificación deficiente dificulta la coordinación de tareas en proyectos grupales y disminuye la participación activa en clase, lo que a su vez afecta



negativamente su rendimiento académico. Siendo así que, la incapacidad para planificar adecuadamente y la tendencia a procrastinar están íntimamente vinculadas, ya que la falta de planificación impulsa a los estudiantes a posponer sus responsabilidades académicas, lo que a su vez afecta su desempeño en el entorno escolar y su capacidad para relacionarse con los demás. Es importante abordar esta relación para ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de planificación sólidas y superar la procrastinación, lo que les permitirá mejorar su rendimiento académico y bienestar emocional en el contexto escolar.

Las habilidades sociales de planificación para Goldstein (1980). abarcan la capacidad de seleccionar opciones alternativas en momentos de estrés, tomar decisiones prácticas para llevar a cabo tareas, determinar cuál de los múltiples problemas es el más relevante, entre otras acciones. Las habilidades sociales de planificación se refieren a la capacidad de elegir y tomar decisiones efectivas en situaciones estresantes, así como priorizar los problemas de manera adecuada.

Al respecto, existen investigaciones que se asemejan a los resultados hallados en esta investigación, como es con el autor Rivera, (2017), en su estudio, se observó que, casi la mitad de los estudiantes reportan tener un ambiente social desfavorable y casi nunca desarrollan sus habilidades sociales para la toma de decisiones.

Estos resultados los contrastamos con Torres (2016) ya que sus resultados también revelaron que un número significativo de adolescentes en edad escolar presentaba bajos niveles de habilidades sociales. Además, en su estudio de investigación se observó que una parte considerable de los participantes no tenía metas definidas y algunos mostraban conductas de procrastinación. Concluyendo que la falta de habilidades sociales y la procrastinación pueden tener un impacto negativo en el rendimiento académico y el aprendizaje de los estudiantes a la vez sugiere importante abordar estas cuestiones para

mejorar el desarrollo personal y académico de los adolescentes, fomentando habilidades sociales y promoviendo una mejor gestión de sus compromisos académicos.

4.1.4. Resultado para el objetivo general

OG: Determinar la incidencia de las habilidades sociales en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 13

Habilidades sociales y procrastinación académica

		Procrastinación académica						Total	
		Baja		Media		Alta			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Habilidades sociales	Baja	64	23,0	98	35,3	26	9,4	188	67,6
	Media	5	1,8	32	11,5	16	5,8	53	19,1
	Alta	3	1,1	13	4,7	21	7,6	37	13,3
	Total	72	25,9	143	51,4	63	22,7	278	100,0

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 13, se identifica que, un 35,3% de estudiantes afirman tener un nivel bajo en sus habilidades sociales y un nivel medio en procrastinación académica, por otro lado, solo el 1,1% de estudiantes evidencian un alto nivel en sus habilidades sociales y un bajo nivel de procrastinación académica en cumplimiento con sus responsabilidades académicas el cual indica una tendencia significativa y problemática a posponer o retrasar sus tareas académicas, lo cual se ve agravado por sus habilidades sociales limitadas.

Por lo tanto, estos resultados ponen de manifiesto que los estudiantes de la institución educativa presentan un bajo desarrollo de sus habilidades sociales, lo cual se refleja en su propensión a postergar las tareas académicas. Al evidenciar que tienen habilidades sociales bajas, los estudiantes pueden estar describiendo experiencias en las que se sienten incómodos al hablar en público, les resulta difícil entablar conversaciones, tienen dificultades para saber escuchar, formular preguntas, pedir ayuda, tienen



problemas para establecer y mantener amistades, o se enfrentan a dificultades en situaciones sociales más amplias, como resolver sus problemas sociales, trabajar en equipo o participar en actividades grupales.

Es importante tener en cuenta que cada estudiante puede tener sus propias percepciones y experiencias en relación con sus habilidades sociales. Algunos pueden ser conscientes de sus dificultades y sentirse inseguros o frustrados al interactuar con los demás, mientras que otros pueden no estar plenamente conscientes de sus limitaciones y simplemente notar que tienen dificultades para relacionarse de manera efectiva. Estas dificultades llevan a una menor participación en actividades grupales, dificultades para solicitar ayuda o colaboración, y un menor sentido de pertenencia y apoyo social. Como resultado, los estudiantes al presentar una tendencia moderada a procrastinar en sus tareas académicas, significa que pueden posponerlas o demorar su inicio, aunque no de manera extrema. Pueden verse tentados a dedicar más tiempo a actividades no académicas, y más placenteras como distracciones digitales o entretenimiento, en lugar de enfocarse en sus responsabilidades académicas.

Debido a diferentes distracciones o intereses alternativos, como participar en juegos, salir de fiesta o dar paseos, Atalaya y García (2019) afirma que los adolescentes suelen aplazar la realización de sus deberes escolares. La procrastinación se ha convertido en un problema serio que impacta negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes. Entonces los estudiantes posponen sus tareas escolares en favor de otras actividades, lo cual afecta su desempeño académico de manera negativa.

Estos resultados lo contrastamos con Pérez, (2019) donde en su investigación encontró que las habilidades sociales de los participantes se dividían en dos niveles principales: deficiente y malo. Aproximadamente la mitad de los encuestados mostraron una carencia significativa en sus habilidades sociales, mientras que un porcentaje menor



exhibió debilidades en este aspecto, aunque no tan severas. Estos resultados sugieren la necesidad de abordar y mejorar las habilidades sociales de los participantes para favorecer su bienestar en las relaciones interpersonales.

Desde otro punto de vista, los hallazgos adquiridos en la presente investigación difieren con los resultados de Pérez (2018) en su estudio se encontró que un porcentaje de estudiantes de la Escuela Secundaria Monte Carmelo tiene habilidades sociales adecuadas en comparación con el estudio anterior. Además, se identificaron áreas específicas en las que los estudiantes muestran menos práctica o deficiencias, como iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, defender sus derechos de consumo y utilizar la autoexpresión en situaciones sociales. En vista de sus resultados, se recomendó utilizar su estudio como punto de referencia para abordar estas deficiencias y lograr un equilibrio en todas las capacidades tanto para docentes como estudiantes. Se sugirió la realización de talleres y el uso de herramientas para fortalecer las habilidades sociales y mejorar las interacciones sociales en la comunidad educativa.

4.2. COMPROBACIÓN DE LA HIPÓTESIS

4.2.1. Prueba de hipótesis específica 1

H.1: Las habilidades sociales básicas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

H.0: Las habilidades sociales básicas no inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 14*Prueba de correlación de las habilidades sociales básicas y procrastinación académica*

			Habilidades sociales básicas	Procrastinación académica
Rho de Spear man	Habilidades sociales básicas	Coeficiente de	1,000	-,386**
		correlación	.	,000
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Procrastina ción académica	Coeficiente de	-,386**	1,000
		correlación	.	.
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

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

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 14, se observa que el nivel de la significancia es 0.000, por lo tanto, es menor que 0.05, entonces la relación es significativa entre las dos variables. Del mismo modo, en nivel de relación de Rho Spearman es -0.386, lo que significa que existe una correlación inversa media, por lo tanto, se concluye que las habilidades sociales básicas tienen una relación significativa con la procrastinación académica de los estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno.

4.2.2. Prueba de hipótesis específica 2

H.1: Las habilidades sociales avanzadas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

H.0: Las habilidades sociales avanzadas no inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 15

Prueba de correlación de las habilidades sociales avanzadas y procrastinación académica

			Habilidades sociales avanzadas	Procrastinación académica
Rho de Spearman	Habilidades sociales avanzadas	Coefficiente de correlación	1,000	-,471**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	-,471**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

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

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 15, se observa que el nivel de la significancia es 0.000, por lo tanto, es menor que 0.05, entonces la relación es significativa entre las dos variables. Del mismo modo, en nivel de relación de Rho Spearman es -0.471, lo que significa que existe una correlación inversa moderada, por lo tanto, se concluye que las habilidades sociales avanzadas tienen una relación significativa con la procrastinación académica de los estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno.

4.2.3. Prueba de hipótesis específico 3

H.1: Las habilidades sociales de planificación inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

H.0: Las habilidades sociales de planificación no inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 16

Prueba de correlación de las habilidades sociales de planificación y procrastinación académica

			Habilidades de planificación	Procrastinación académica
Rho de Spearman	Habilidades de planificación	Coefficiente de correlación	1,000	-,536**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	-,536**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

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

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 16, se observa que el nivel de la significancia es de 0.000, por lo tanto, es menor que 0.05, entonces la relación es significativa entre las dos variables. Del mismo modo, en nivel de relación de Rho Spearman es -0.536, lo que significa que existe una correlación inversa moderada, por lo tanto, se concluye que las habilidades de planificación tienen una relación significativa con la procrastinación académica de los estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno – 2022.

4.2.4. Prueba de hipótesis general

H1: Las habilidades sociales inciden significativamente en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

H0: Las habilidades sociales no inciden significativamente en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.

Tabla 17*Prueba de correlación de las habilidades sociales y procrastinación académica*

			Habilidades sociales	Procrastinación académica
Rho de Spear man	Habilidades sociales	Coeficiente de correlación	1,000	-,545**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	278	278
	Procrastina ción académica	Coeficiente de correlación	-,545**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	278	278

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

“Elaborado por el equipo de trabajo”

En la Tabla 17, se observa que el nivel de significancia es 0.000, por lo tanto, es menor que 0.05, entonces la relación es significativa entre las dos variables. Del mismo modo, en nivel de relación de Rho Spearman es -0.545, lo que significa que existe una correlación inversa moderada, por lo tanto, se concluye que las habilidades sociales tienen una relación significativa con la procrastinación académica de los estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno.



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: Se ha logrado identificar que existe una relación de Rho Spearman de -0.386, lo que significa que existe una correlación inversa media entre las habilidades sociales básicas y la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno, con un valor de Sig. (bilateral) $p= 0.000, < 0.05$ aceptando la hipótesis alterna y rechazando la hipótesis nula. Los resultados revelan que la habilidad social básica menos desarrollada en los estudiantes es la escucha activa ya que un 42,1% tiene baja escucha activa y media procrastinación académica; por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan alta escucha activa y media procrastinación académica.

SEGUNDA: Se ha logrado identificar que existe una relación de Rho Spearman de 0.471, lo que significa que existe una correlación inversa media entre las habilidades sociales avanzadas y la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno, con un valor de Sig. (bilateral) $p= 0.000, < 0.05$ aceptando la hipótesis alterna y rechazando la hipótesis nula. Los resultados revelan que la habilidad social avanzada menos desarrollada en los estudiantes es la validación emocional ya que un 34,9% tiene un nivel medio de validación emocional y un nivel medio de procrastinación académica, lo cual refleja una tendencia significativa a procrastinar o demorar sus tareas académicas y se ve empeorado por sus limitadas habilidades sociales. Por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan alta interacción social y baja procrastinación académica.

TERCERA: Se ha logrado identificar que existe una relación de Rho Spearman de -0.536, lo que significa que existe una correlación inversa moderada entre las habilidades sociales de planificación y la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno, con un valor de Sig. (bilateral) $p=$



0.000, < 0.05 aceptando la hipótesis alterna y rechazando la hipótesis nula. Asimismo, Los resultados revelan que la habilidad social de planificación menos desarrollada en los estudiantes es la toma de decisiones ya que un 41,7% tiene baja toma de decisiones y media procrastinación académica, por otro lado, solo el 0,4% de los estudiantes presentan alta toma de decisiones y baja procrastinación académica.

CUARTA: A partir de los resultados se determina que existe una relación de Rho Spearman de -0.545, lo que significa que existe una correlación inversa moderada entre las habilidades sociales y la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno, con un valor de Sig. (bilateral) $p= 0.000$, < 0.05 aceptando la hipótesis alterna y rechazando la hipótesis nula. Asimismo, se identifica que un 35,3% de los estudiantes afirmaron tener un nivel bajo en el desarrollo de sus habilidades sociales y un nivel medio de procrastinación académica. Por lo tanto, los resultados revelan que los estudiantes de la institución educativa que presentan dificultades en sus habilidades sociales, tienden a procrastinar o postergar las tareas académicas. por otro lado, solo el 1,1% de estudiantes evidencian un alto nivel en sus habilidades sociales y un bajo nivel de procrastinación académica.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERA: A la Unidad de Gestión Educativa Local Puno (UGEL-PUNO) recomendamos la contratación de un profesional en Trabajo Social para la I.E.S. Comercial N°45 “E.R.P.”. Su presencia permitirá abordar de manera más efectiva estas problemáticas y promover un ambiente propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes. A través de entrevistas, observaciones, diagnósticos y evaluaciones, el trabajador social puede comprender mejor las necesidades específicas de los estudiantes y la influencia de estas problemáticas en su vida social, también puede implementar intervenciones y estrategias específicas para abordar el bajo nivel de habilidades sociales y la procrastinación académica. Esto puede incluir la enseñanza de técnicas de comunicación efectiva, resolución de conflictos, trabajo en equipo y organización del tiempo. El trabajador social puede ofrecer talleres grupales, sesiones individuales o actividades prácticas para que los estudiantes adquieran y practiquen estas habilidades. Por otra parte, el trabajador social puede colaborar con los docentes, y otros profesionales de la institución educativa para diseñar e implementar estrategias. Así como también puede establecer y mantener vínculos con recursos externos, como organizaciones comunitarias o programas de apoyo juvenil. Esto permitirá que los estudiantes tengan acceso a servicios adicionales, como programas de tutoría o actividades extracurriculares que fomenten el desarrollo de habilidades sociales y la reducción de la procrastinación académica.

SEGUNDA: A Tutoría y Orientación Educativa (TOE) de la Institución Educativa Comercial N°45, recomendamos establecer un programa de apoyo social y académico que brinde asesoramiento y orientación a los estudiantes que carecen de las habilidades sociales básicas, avanzadas y de planificación y que postergan sus actividades académicas. Esto puede incluir la asignación de profesionales en trabajo social



capacitados para trabajar individual y grupalmente con los estudiantes, proporcionándoles estrategias y herramientas para superar estas dificultades.

TERCERA: Al director de la I.E.S. Comercial N°45, recomendamos la participación de los padres de familia a través de la escuela de padres, organizar reuniones y talleres informativos, proporcionándoles orientación sobre cómo apoyar el desarrollo de habilidades sociales en el hogar y cómo trabajar juntos para prevenir y superar la procrastinación académica. También considere la posibilidad de integrar un profesional en trabajo social, el cual dará una mirada desde el enfoque holístico, buscando comprender las problemáticas del inadecuado desarrollo de las habilidades sociales y la procrastinación académica en un sentido amplio, por lo que brindará un apoyo integral a los estudiantes a través de los padres de familia. Esto contribuirá a crear un entorno educativo más inclusivo y favorable para el desarrollo de los estudiantes, así como a la prevención y abordaje de la procrastinación académica.

CUARTA: A la Facultad de Trabajo Social recomendamos promover la sensibilización sobre la importancia del trabajo social y su papel en el desarrollo de habilidades sociales y la prevención de la procrastinación académica. Esto implica la realización de campañas educativas dirigidas a estudiantes, padres, docentes y personal educativo para crear conciencia sobre los desafíos asociados a la procrastinación y cómo el trabajo social puede brindar apoyo, a la vez compartir información publicando y difundiendo los resultados de sus investigaciones en revistas científicas, conferencias y otros medios de divulgación académica. Además, se sugiere compartir las buenas prácticas y lecciones aprendidas a través de plataformas digitales, grupos de discusión y eventos académicos. La difusión de los resultados contribuirá al avance del conocimiento de esta área de estudio, el cual es de gran importancia para entender y abordar los desafíos que enfrentan los estudiantes en su desarrollo social y académico.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, D., Hernández, V., y Onofre, V. (2020). Habilidades sociales y su impacto en la educación del individuo. (5),430–449. <https://n9.cl/ngi25>
- Acuña, S. E. (2021). *Habilidades sociales en adolescentes de cuarto de secundaria de un colegio privado de San Juan de Miraflores y Chorrillos*. [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. <https://n9.cl/yatpz>
- Álvarez, Ó. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 9(13),159–177. <https://n9.cl/revistauno>
- Amaral, P., Pinto, M., José, F., y Medeiros, C. (2015). Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia. *19(02)*, 17–38. <https://n9.cl/vv1r6>
- Arana, S. N. (2014). *Autocontrol y su relación con la autoestima en adolescentes* [tesis pregrado, Universidad Rafael Landívar]. <https://n9.cl/7fmh>
- Araoz, E. G. E., Jaramillo, Y. V. M., Valverde, Y. P. y Herrera, R. Q. (2022). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes de educación superior pedagógica. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica* 41(3) 271-278. <https://n9.cl/2zrbz>
- Atalaya, C., y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión teórica. *Revista de investigación en psicología*, 22(2), 363–378. <https://n9.cl/z0z3j>
- Avila, E. (23 de febrero de 2020). Intuición contra lógica: La toma de decisiones. *El día de Zamora*. <https://n9.cl/vpsgl>
- Babarro, N. (2021). *Habilidades sociales*. Psicología-Online. <https://n9.cl/ysfuy>
- Balcazar, L. (2016). *Clima social familiar y logro de aprendizaje en estudiantes de primero y segundo año de educación secundaria de un colegio privado de Chiclayo*.



- Julio 2016 [Tesis de pregrado, Universidad Privada Juan Mejía Baca].
<https://n9.cl/cg73a>
- Bances, R. (2019). *Habilidades sociales: Una revisión teórica del concepto*. [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán]. <https://n9.cl/bcqon>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N. J.: *Prentice-Hall*. (Traducido al español en 1987 con el título *Pensamiento y acción: fundamentos sociales*. Editorial Martínez Roca).
- Basso, A., Lima, A., Rosa, M. B., Fernandes, D. y Vargas, C. A. (2013). Efectos de la presión del tiempo sobre la postergación de las decisiones. *Invenio (Rosario)*, 16(30), 133-150. <https://n9.cl/qn2j0>
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., DeWall, C. N., y Zhang, L. (2007). How emotion shapes behavior: Feedback, Anticipation, and Reflection, *Rather than Direct Causation*. *personality and social psychology review*, 11(2), 167–203. <https://doi.org/10.1177/1088868307301033>
- Bayas, B. R. A. (2018). *Aplicacion de las normas de etiqueta y protocolo y su incidencia en la imagen institucional. Ambato - ecuador* [Tesis de grado, Universidad Regional Autónoma de los Andes] <https://n9.cl/inj9x>
- Berján, C. M. F. y Contreras, M. M. (2022). *Estrategias de validación emocional y psicología positiva con niños, niñas y adolescentes* [Tesis de grado, Pontificia Universidad Javeriana]. <https://n9.cl/dvi6n>
- Betancurt, J. R. (2016). *Toma de decisiones: Obtener el éxito*. Degerencia.com. <https://n9.cl/65vz8>
- Caballo, V. (2007). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. *Siglo XXI*, 7. <https://n9.cl/m8rme>



- Cacho, Z. V., Silva, M. G. y Yengle, C. (2019). El desarrollo de habilidades sociales como vía de prevención y reducción de conductas de riesgo en la adolescencia. *Scielo* 15(2), 186–205. <https://n9.cl/utf9l>
- Castro, J. (13 de febrero del 2023). Recuperar la educación, el reto del 2023. *El peruano*. <https://n9.cl/i97qx>
- Cárdenas, M. (2019). La escucha activa como estrategia para fortalecer la comunicación asertiva entre los estudiantes del grado sexto del colegio club de leones de Cúcuta. *Carbohydrate Polymers*, 6(1), 5–10. <https://n9.cl/9w4ua>
- Cardona, L. C. (2015). *Relaciones entre procrastinación académica y estrés académico en estudiantes universitarios*. [Tesis de grado, Universidad de Antioquia Medellín] <https://n9.cl/qkyrx>
- Carrera, V, F. E. (2018). *Inteligencia emocional, asertividad y bienestar psicológico en estudiantes del I ciclo de la Facultad de Administración y Contabilidad - Universidad Peruana Los Andes Huancayo - año 2016*. [Tesis doctoral, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <https://n9.cl/mk2eaz>
- Chan, B. L. (2011) Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Unife*, 7(1). <https://n9.cl/e7u74>
- Columbia. (2019). Etiqueta social y cuidado personal. *columbia*, 2(19). <https://n9.cl/6v564>
- Crespo, E. (1995). Introducción a la Psicología Social. *Universitas*. <https://n9.cl/zarhd>
- David, L. y Becerra, A. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología* 5(2): 85-94 <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.5209>
- Delgado, A. E., Ecurra, L. M., Atalaya, M. C., Pequeña C, J., Rodríguez, R. E., y Cuzcano, A. (2020). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en



- estudiantes de quinto grado de secundaria de instituciones educativas estatales y no estatales de Lima Metropolitana. *Dialnet*, 23(1), 21–43. <https://n9.cl/5aq1tg>
- Dominguez, S. A., Vilegas, G., y Centeno, S. B. (2014). Academic procrastination: Validation of a Scale in a Sample of Students from a Private University. *Liberabit*, 20(2), 293–304. <https://n9.cl/8v1nu>
- Dongil, E. y Cano, A. (2014). Habilidades sociales. *Sociedad española para el estudio de la ansiedad y el estrés. (SEAS)*, 1-60. <https://n9.cl/cd65i>
- Duda, M. B. y Gallardo, E.E. (2018). *Procrastinación académica en estudiantes de ingeniería de una universidad privada en Lima*. [Tesis de maestría, Universidad Cayetano Heredia]. <https://n9.cl/94q8u>
- Duran, S. (2020). *Habilidades sociales y estilos de aprendizaje en estudiantes de la escuela profesional de educación inicial, UNA – Puno* [Tesis de grado, Universidad Nacional del Altiplano Puno]. <https://n9.cl/xg5372>
- Esteves, R. A., Paredes, R. P., Calcina, C. R. y Yapuchura, C. R. (2020). Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar. *Revista de investigación en comunicación y desarrollo*, 11(1), 16–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.392>
- Ferrari, J., Johnson, J. y McCown, W. (1995). Procrastination and task avoidance. *Plenum Press*. <https://n9.cl/xezpk>
- Galarza, C. B. (2012). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegria 11, Comas-2012* [tesis de grado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima]. <https://n9.cl/7k8hm>
- García, J. (2014). Piaget vs Vygotsky: similitudes y diferencias entre sus teorías. *Psicología y Mente*. <https://n9.cl/v6fzh>



- García, M. (2012). La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario. *Profesorado. Revista de currículum y formación de profesorado*, 16. <https://n9.cl/4tox1>
- García, M. M. (2023). George Herbert Mead: sobre el gesto como inicio de la interacción social y el desarrollo de las interacciones sociales saludables. <https://n9.cl/xtjyo>
- Goldstein, A. (1980). Escala de evaluación de habilidades sociales. *Accelerating the World Research*, 26. <https://n9.cl/w54ma>
- Goleman, D. (2006). Inteligencia Social: La nueva ciencia de las relaciones humanas. *Kairos*. <https://n9.cl/z4yta>
- Gómez, F. S. (2016). La Comunicación. *Salus*, 20(3) <https://n9.cl/m1osv5>
- Guerra R., y Segovia, V. E. (2017). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar en los adolescentes de nivel secundario de la institución educativa n° 2031 virgen de Fátima, san Martín de porres – 2015*. [Tesis de grado, Universidad de Ciencias y Humanidades]. <https://n9.cl/vv5l6>
- Hernández, R. (2018). Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *In McGraw Hill México*. <https://n9.cl/br1sy>
- Hernández, R. (2014). Metodología de la investigación. *In McGraw Hill México* 59 <https://n9.cl/2i4>
- Horacio, L. P. (2013) Teorías e intervenciones en Psicología Social. *Editorial la brujas*, 1 <https://n9.cl/pwujt>
- Hurtado, N., Flores, M., y Barrientos Q. (2022). Pandemia, educación virtual y su impacto en la educación de la región Puno-Perú. *Científica Multidisciplinar*, 6(3), 897-910. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2265
- Kelly, J. (1992). *Entrenamiento de las habilidades sociales*. Bilbao. <https://n9.cl/2cc7v>



- Lacunza, A. (2012). Las intervenciones en habilidades sociales: Revisión y análisis desde una mirada salugénica. *Psicodebate. Psicología, cultura y sociedad*, 12, 63–84.
<https://n9.cl/n5xuq>
- Lacunza, A. B., y Contini, G. N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos En Humanidades*, 12(23), 159–182. <https://n9.cl/hlpbw>
- Lazarus, R y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. *Martínez Roca*.
<https://n9.cl/7edbi>
- López, M. B., Filippetti, V. A., & Richaud, M. C. (2014). Empatía: Desde la percepción automática hasta los procesos controlados. *Avances en psicología Latinoamericana*, 32(1), 37–51. <https://doi.org/10.12804/apl32.1.2014.03>
- López, P., y Fachelli, S. (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa*. [Archivo PDF]. <https://n9.cl/t7q8g>
- Marchena, E., Hervías, F., Galo, C., & Rapp, C. (2023). Organiza tu tiempo de forma eficaz. *Departamento de psicología. universidad de Cádiz*. <https://n9.cl/82r0l>
- Maridueña M. J. L. (2022). *Etiqueta social y su importancia en el rendimiento laboral de las secretarías del departamento de coordinación de la carrera secretariado ejecutivo bilingüe de la universidad técnica de Babahoyo*. [Tesis de pre grado, Universidad Técnica de Babahoyo] <https://n9.cl/6phh9>
- Marín, S. M. & Martínez, P. R., (2012). Introducción a la psicología social. *Pirámide*.
<https://n9.cl/q1zds>
- McClelland, D. (1953). The achievement motive. New York. *Appleton CenturyCrofts*.
<https://n9.cl/11nbs>



- Melgar, B., Flores, S., Arévalo, T., & Antón, S. P. J. (2019). Tecnologías educativas, habilidades sociales y la toma de decisiones en estudiantes universitarios. *Propósitos y representaciones*, 7, 440-456. <https://n9.cl/pxrvq>
- Méndez, L. Á. J., Yncera, H. N. & Cabrera, R. I. (2022). Premisas y reflexiones teóricas para fundamentar un programa de entrenamiento en habilidades sociales en adolescentes. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 3(37) <https://n9.cl/dyxpt>
- MINSA (2005). Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares, 1(2). <https://n9.cl/7w6h>
- Mira, A. J. G., Parra, M. M. C., & Beltrán, B. M. Á. (2017). Educación emocional en la universidad: propuesta de actividades para el desarrollo de habilidades sociales y personales. *Vivat academia*, 139, 1-17. <https://doi.org/doi.org/10.15178/va.2017.1-17>
- Monzon, J. A. (2014). Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados entre 14 y 17 años de edad. 1. <https://n9.cl/128ab>
- Morales, R. E. I. (2019). Evaluación técnico-económica del método sub level stoping y su variante LBH. August 2019. <https://n9.cl/zx4mu>
- Moreno, S. y Perez, E. (2018). Relaciones interpersonales en el clima laboral de la universidad tecnológica del Chocó Diego. *Revista CES Derecho*, 9(1), 13-33. <https://n9.cl/71883>
- Natividad, S. L. A. (2014) *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios*. [Tesis doctoral, Universidad de Valencia] <https://n9.cl/u0a1n>
- Núñez, L. (2016). *Relación entre el clima social familiar y habilidades sociales en estudiantes de educación secundaria de cuarto y quinto grado de la I.E Federico*



- Helguero Seminario. Piura, 2015.* [Tesis de pregrado, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. <https://n9.cl/7mb93>
- Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (3 de setiembre de 2020). *UNICEF advierte que muchos de los países más ricos del mundo están fallando a los niños y niñas.* <https://n9.cl/d0tj>
- Parra, G.E. (2018). *Clima familiar y habilidades sociales en los estudiantes de nivel Secundaria en la corporación educativa Guadalupe del distrito de Mala – Cañete* [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. <https://n9.cl/n6yjf>
- Pedraza, L., Socarrás, X., Fragozo, A. y Vergara, A. (2014). Caracterización de habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad pública del Distrito de Santa Marta. *Tesis Psicológica, 9(2)*, 190-201 <https://n9.cl/fjjql>
- Pérez, K. B. (2018). *Nivel de habilidades sociales en adolescentes del colegio Monte Carmelo.* [Tesis de grado, Universidad Rafael Landívar]. <https://n9.cl/pkh3s>
- Pérez, S. S. (2019). *Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular del distrito de San Juan de Lurigancho.* [Tesis de grado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega] <https://n9.cl/78am6>
- Pozo, J. I., Monereo, C., y Castelló, M. (2001). El uso del conocimiento. *El aprendizaje estratégico*, 1–27. <https://n9.cl/av3wz>
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicancias. *Revista Vanguardia Psicológica, 3(1)*, 45-59. <https://n9.cl/myo4z>
- Rakes, G., & Dunn, K. (2010). The Impact of Online Graduate Students' Motivation and Self-Regulation on Academic Procrastination. *Journal of Interactive Online Learning, 9(1)*. <https://n9.cl/imb2n>



- Ramos, K., & Pedraza, Y. A. (2017). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de enfermería de una universidad privada de chicalyo-2017*. [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipan]. <https://n9.cl/lg574>
- Recchioni, L., González, A., González, M., & Camisassa, E. (2015). Análisis de la postergación de tareas en alumnos universitarios. *Aportes Científicos en PHYMATH*, 5, 1-26.
- Rivera, N. E. (2017). *Influencia del entorno sociofamiliar en las habilidades sociales de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Jorge Basadre Choquesani del Distrito de Orurillo, Melgar - 2018*. [Tesis de grado, Universidad Nacional del Altiplano Puno]. <https://n9.cl/q5tiv5>
- Robbins, S. P. y Judge, T. A., (2009). Comportamiento organizacional. *Pearson Educación*, 13. <https://n9.cl/tyd5w>
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. ACDE Ediciones 1. <https://n9.cl/s90dj>
- Rodríguez, S. J. (2011). Aspectos clave de la comunicación no verbal en la consulta. *Dialnet*, 18(7)401-409. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3750741>
- Rosales, J.J., Alonso, S. H., Caparros, B.M.M., y Molina, I. (2013). *Habilidades Sociales*. Mc Graw-Hill/ Interamericana. <https://n9.cl/fjlby>
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., y Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*, 33(4), 387–394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>
- Salluca, M. Y., Valeriano, D. Y. A., Gutierrez, R. A., & Casa-Coila, M. D. (2022). Social network addiction and academic procrastination in Peruvian adolescents in times of coronavirus Covid-19. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 25(2), 129–143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>



- Schunk, D. H. (2012). Teorías del aprendizaje una perspectiva educativa. 2(6).
<https://n9.cl/8hiut>
- Steel, P. (2007). La naturaleza de la dilación. Una revisión meta-analítica y teórica de la insuficiencia de autorregulación por excelencia. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17201571/>
- Tarazona, F., Romero, J. N., Aliaga, I. M., & Veliz R, M. F. (2016). Procrastinación académica en estudiantes de educación en lenguas, literatura y comunicación: Características, modos y factores. *Horizonte de la ciencia*, 6(10), 185. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2016.10.214>
- Torres, S. E., Hidalgo, G. A. y Suarez, K. V. (2020). Habilidades sociales y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. *Horizontes*, 4, 267–276. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i15.114>
- Torres, A. (2016). Relación entre habilidades sociales y procrastinación en adolescentes escolares. [Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]. <http://etd.lib.metu.edu.tr/upload/12620012/index.pdf>
- Trianes, M. (1997). Competencia social: su educación y tratamiento. *Pirámide*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=65772>
- UNICEF. (2017). *Habilidades para la vida*. <https://n9.cl/15xrz>
- UNICEF. (2022). *Desarrollo de habilidades*. <https://n9.cl/uqfkt>
- Universidad Estatal a Distancia. (2023). *¿Que son las estraetgias de aprendizaje?* <https://n9.cl/z03q>
- Unocc, M., & Castillo, M. (2020). *Habilidades sociales y procrastinación académica en estudiantes de primero y segundo de secundaria de la Institución Educativa Pública N° 138 Próceres de Independencia - San Juan de Lurigancho, 2020*. [Tesis de grado, Universidad Privada Telesup]. <https://n9.cl/4o9j3>



- USAID. (2012). *Programa de capacitación en gestión de conflictos sociales*.
<https://n9.cl/xr8ft>
- Villareal, N. (2016). Las habilidades sociales, una herramienta indispensable en la educación de hoy: Una experiencia significativa en la institución educativa Fidel de Montclar. *Boletín informativo CEI*, 3, 58–65 <https://n9.cl/pr6xi>
- Wambach, C., Hansen, G. & Brothen, T. (2001). Procrastination, Personality and Performance. *Nade Selected Conference Papers*, 7, 63-66 <https://n9.cl/wv9tr>
- Williams, J., Stark, S. y Fost, E. (2008). The relationships among selfcompassion, motivation, and procrastination. *American Journal of psychological research*, 4(1), 37-44. <https://n9.cl/ohp3a>
- Young, K. (1969). *Psicología Social y aprendizaje de la interacción*. Paidós.
<https://n9.cl/lyoeo0>
- Zaragoza, L., y Mercado, A. (2011). La interacción social en el pensamiento sociológico de Erving Goffman. *Espacios Públicos*, 14(31), 158–175. <https://n9.cl/842f1>



ANEXOS



ANEXO 1. Operacionalización de variable

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	SUBINDICADORES
Variable 1: habilidades sociales	Habilidades sociales básicas	Escucha activa	- Escuchar - Hacer un elogio
		Asertividad	- Iniciar una conversación
			- Mantener una conversación
	- Formular una pregunta		
	- Presentarse		
	Etiqueta social	- Dar gracias	
		- Presentarse a otras personas	
	Habilidades sociales avanzadas	Validación emocional	- Pedir ayuda - Seguir instrucciones
		Interacción social	- Participar
			- Dar instrucciones
	- Convencer a los demás		
	Regulación emocional	- Pedir disculpas	
		Habilidades sociales de planificación	Resolución de problemas
- Determinar las propias habilidades			
- Recoger información			
- Resolver los problemas			
Toma de decisiones	- Concentrarse en una tarea		
	- Establecer un objetivo		
	- Tomar decisiones realistas		
Variable 2: procrastinación académica	Autorregulación académica	Autocontrol	- Ser responsable
			- Estar comprometido con la actividad a realizar
			- Ser competente
	Estrategias de aprendizaje	Organización de tiempo	- Ejercitar el control consciente del tiempo empleado en actividades
			- Programar las actividades diarias
			- Usar técnicas de estudio
	Postergación de Actividades	Presión de tiempo de culminación de tareas.	- Realizar actividades de atención durante las jornadas de clase
- Motivación en la realización de tareas			
Actividades	Presión de tiempo de culminación de tareas.	- Dejar tareas inconclusas	
		- Aparición de estrés y ansiedad	

ANEXO 2. Matriz de consistencia

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables	Dimensiones	Indicadores	Metodología
¿De qué manera las habilidades sociales inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?	Determinar la incidencia de las habilidades sociales en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Las habilidades sociales inciden significativamente en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales avanzadas	Escucha activa Asertividad Etiqueta Social	Enfoque: Cuantitativo Diseño No experimental – transversal Método: Hipotético-deductivo Tipo de investigación: Descriptivo - Correlacional
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Variable 1: habilidades sociales	Habilidades sociales básicas Habilidades sociales avanzadas	Validación emocional Interacción social Regulación emocional	Población: 995 estudiantes de la I.E.S. Comercial N° 45 Emilio Romero Padilla, de primero a quinto. Muestra: 278 estudiantes.
¿De qué manera las habilidades sociales avanzadas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?	Identificar la incidencia de las habilidades sociales básicas en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Las habilidades sociales básicas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Habilidades sociales de planificación	Habilidades sociales de planificación	Resolución de problemas Toma de decisiones	Técnicas e instrumentos de recolección de datos a. Técnicas: - Cuestionario b. Instrumento: Escala de Likert: - Escala de habilidades sociales de Arnold Goldstein (1978). - Escala de procrastinación académica de Busko (1998), adaptada por Domínguez (2014)
¿De qué manera las habilidades sociales avanzadas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?	Identificar la incidencia de las habilidades sociales avanzadas en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Las habilidades sociales avanzadas inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Variable 2: procrastinación académica	Autoregulación académica	Autocontrol Organización de tiempo Estrategias de aprendizaje	Procedimiento y análisis de datos El procedimiento de los datos que se recolectaran mediante el instrumento de escala Likert se analizará en el software estadístico SPSS-25 y Microsoft Excel.
¿De qué manera las habilidades sociales de planificación inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022?	Identificar la incidencia de las habilidades sociales de planificación en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Las habilidades sociales de planificación inciden en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N°45 Emilio Romero Padilla, Puno-2022.	Postergación de Actividades	Postergación de Actividades	Aplazamiento de inicio, continuación o culminación de tareas académicas Presión de tiempo de culminación de tareas.	



ANEXO 3. Instrumento de investigación

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

Estimado(a) estudiante, le presentamos el siguiente cuestionario de habilidades sociales cuya finalidad es exclusivamente académica y de carácter investigativo acerca de las habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica. Lea atentamente y marque con una X dentro del recuadro la alternativa que considere adecuada. Agradecemos de antemano su participación en la presente investigación.

NOMBRE Y APELLIDO :.....

EDAD: SEXO (M) (F) GRADO: SECCIÓN..... FECHA: /..... /

N°	ITEM	Nunca	Muy pocas veces	Alguna vez	A menudo	Siempre
	HABILIDADES SOCIALES BÁSICAS					
1	¿Presta atención a la persona que le está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que le están diciendo?	1	2	3	4	5
2	¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?	1	2	3	4	5
3	¿Habla con otras personas sobre cosas que le interesan a los demás?	1	2	3	4	5
4	¿Determina la información que necesita y se la pide a la persona adecuada?	1	2	3	4	5
5	¿Permite que los demás sepan que agradece los favores, etc.?	1	2	3	4	5
6	¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?	1	2	3	4	5



7	¿Ayuda a que los demás se conozcan entre sí?	1	2	3	4	5
8	¿Le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?	1	2	3	4	5
	HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS					
9	¿Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad?	1	2	3	4	5
10	¿Elige la mejor forma para integrarse en un grupo o para participar en una determinada actividad?	1	2	3	4	5
11	¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?	1	2	3	4	5
12	¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?	1	2	3	4	5
13	¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?	1	2	3	4	5
14	¿Intenta persuadir a los demás de que sus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?	1	2	3	4	5
	HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN					
15	¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante?	1	2	3	4	5
16	¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?	1	2	3	4	5



17	¿Toma decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?	1	2	3	4	5
18	¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?	1	2	3	4	5
19	¿Resuelve que necesita saber y como conseguir la información?	1	2	3	4	5
20	¿Determina de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que debería solucionar primero?	1	2	3	4	5
21	¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?	1	2	3	4	5
22	¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?	1	2	3	4	5



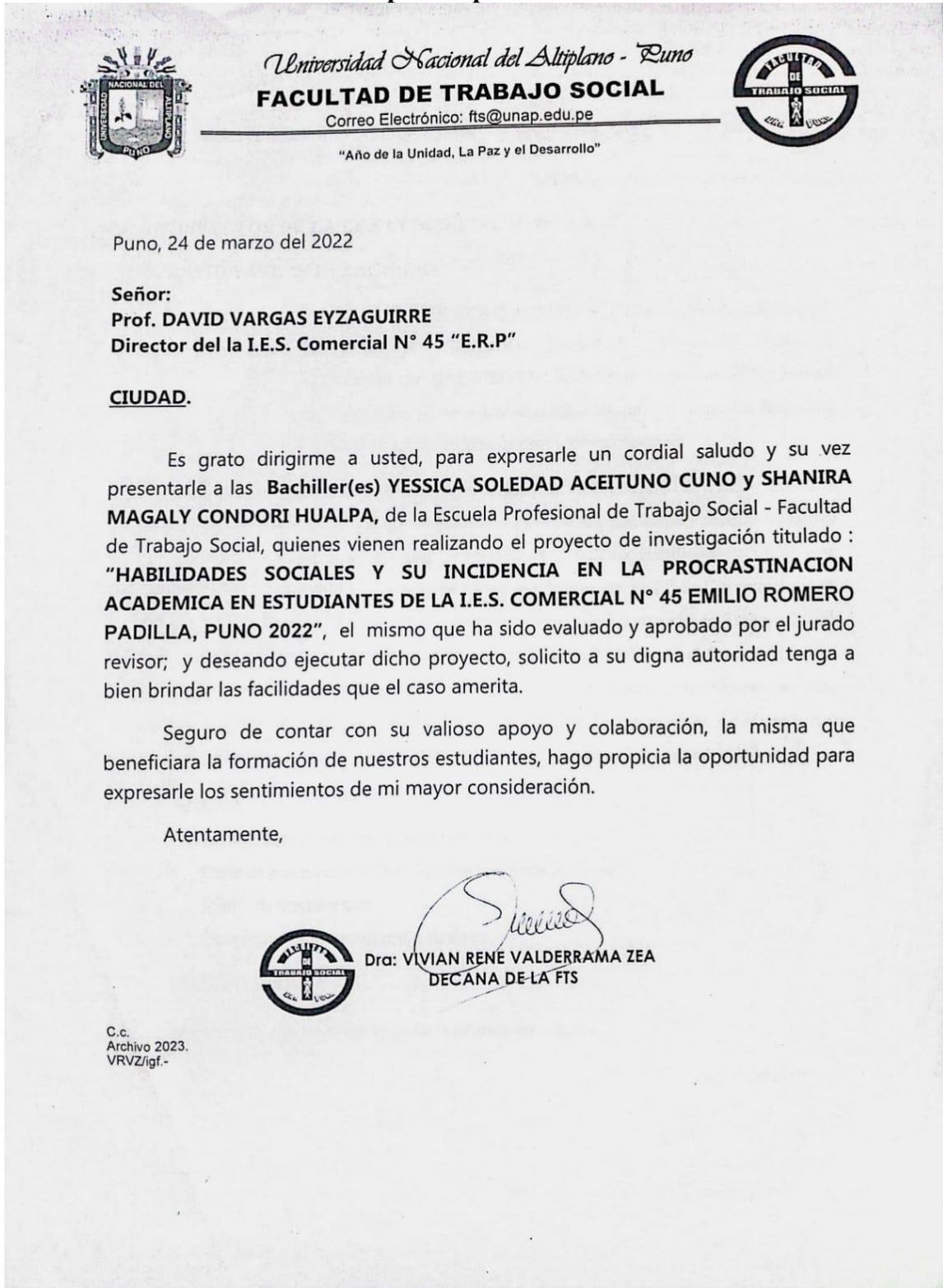
**ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA DE BUSKO (1998), ADAPTADA
POR DOMÍNGUEZ (2014)**

Estimado(a) estudiante, le presentamos el siguiente cuestionario de procrastinación académica cuya finalidad es exclusivamente académica y de carácter investigativo acerca de las habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica. Lea atentamente y marque con una X dentro del recuadro la alternativa que considere adecuada. Agradecemos de antemano su participación en la presente investigación.

ÍTEMS	Nunca	Pocas veces	A veces	Casi Siempre	Siempre
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	1	2	3	4	5
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.	1	2	3	4	5
3. Cuando tengo un problema para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.	1	2	3	4	5
4. Asisto regularmente a clases.	1	2	3	4	5
5. Trato de completar los trabajos asignados lo más pronto posible.	1	2	3	4	5
6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.	1	2	3	4	5
7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.	1	2	3	4	5
8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.	1	2	3	4	5
9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.	1	2	3	4	5
10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.	1	2	3	4	5
11. Trato de terminar mis estudios importantes con tiempo de sobra.	1	2	3	4	5
12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarla	1	2	3	4	5



ANEXO 4. Carta de autorización para el proceso de recolección de datos





ANEXO 5. Solicitud de autorización para ejecutar el trabajo de investigación

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

**I.E.S. COMERCIAL N° 45
"EMILIO ROMERO PADILLA"
C.M. 0239814
MESA DE PARTES**

Expediente N°: 450
Fecha: 03-04-23
Hora: 8:00
Observaciones:
Firma: [Firma]

SÓLICITO: AUTORIZACION PARA REALIZAR

TRABAJO DE INVESTIGACION

SEÑOR DIRECTOR DE LA I.E.S COMERCIAL N° 45 "E.R.P"

PROF. DAVID VARGAS EYZAGUIRRE

Yo, YESSICA SOLEDAD ACEITUNO CUNO, identificado con DNI 70759542; yo, SHANIRA MAGALY CONDORI HUALPA, identificado con DNI 70284379; bachilleres de la Escuela Profesional de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, ante Ud. Con el debido respeto me presento y expongo:

Que, habiendo culminado mi carrera profesional en la Facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, solicito a usted permiso para realizar trabajo de investigación en su I.E.S. Comercial N° 45 "E.R.P.", titulado: Habilidades sociales y su incidencia en la procrastinación académica en estudiantes de la I.E.S. Comercial N° 45 Emilio Romero Pádilla, Puno – 2022, para optar el grado de Licenciada en Trabajo Social, por lo que solicito a usted me autorice el ingreso a la institución con el fin de aplicar los cuestionario para los estudiantes de 1ro a 5to grado a fin de recolectar información verídica sobre las habilidades sociales y procrastinación académica. La información recolectada será de carácter reservado, lo cual se utilizará únicamente para el trabajo de investigación.

ANEXO:

- Acta de aprobación de proyecto de tesis.
- Carta de presentación de la Facultad de Trabajo Social.
- Matriz de consistencia
- Cuestionarios de recolección de datos.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a Ud. acceder a mi solicitud por ser justa y legal.

Puno, 03 de abril del 2023

[Firma]

[Firma]

Bach. Yessica Soledad Aceituno Cuno
DNI: 70759542

Bach. Shanira Magaly Condori Hualpa
DNI: 70284379

ANEXO 6. Evidencias fotográficas

Figura 1

Aplicación del instrumento para recolección de datos



Nota: Elaboración propia

Figura 2

Aplicación del instrumento para recolección de datos



Nota: Elaboración propia

Figura 3
Aplicación del instrumento para recolección de datos



Nota: Elaboración propia

Figura 4
Aplicación del instrumento para recolección de datos



Nota: Elaboración propia



ANEXO 7. Declaración jurada de autenticidad de tesis



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo SHANIRA MAGALY CONDORI HUALPA
identificado con DNI 70284379 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
TRABAJO SOCIAL

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:
" HABILIDADES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.S COMERCIAL N°45 ENILIO RONERO
PADILLA, PUNO-2022 "

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 25 de Agosto del 20 23

FIRMA (obligatoria)



Huella



DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo JESSICA SOLEAD ACEITUNO CUNO,
identificado con DNI 70759542 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
TRABAJO SOCIAL

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" HABILIDADES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA PROCRASTINACIÓN
ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.S. COMERCIAL N° 45
ERILIO POTERO PADILLA, PUNO - 2022 "

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 23 de agosto del 2023

FIRMA (obligatoria)



Huella



ANEXO 8. Autorización para el depósito de tesis en el repositorio institucional

 Universidad Nacional del Altiplano Puno	 Vicerrectorado de Investigación	 Repositorio Institucional
---	---	---

AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo SHANIRA MAGALY CONDORI HUALPA,
identificado con DNI 70284379 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

TRABAJO SOCIAL

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" HABILIDADES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA PROCRASTINACION ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA I. E. S. COMERCIAL N° 95 EMILIO ROTERO PADILLA, PUNO - 2022 "

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 23 de agosto del 20 23



FIRMA (obligatoria)



Huella



AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo JESSICA SOLEDAD ACEITUNO CUNO,
identificado con DNI 70759542 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

TRABAJO SOCIAL
informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" HABILIDADES SOCIALES Y SU INCIDENCIA EN LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA I.E.S. COMERCIAL N° 45 ENILIO RONERO PADILLA, PUNO - 2022 "

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 23 de agosto del 20 23


FIRMA (obligatoria)



Huella