



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes  
de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

**Maestra en Psicología Educativa**

**AUTORA:**

Guerrero Mogollón, Marilyn Kassandra (orcid.org/0000-0002-3586-2298)

**ASESORES:**

Dr. Tamariz Nunjar, Hildegardo Oclides (orcid.org/0000-0002-4512-6120)

Dra. Díaz Espinoza, Maribel (orcid.org/0000-0001-5208-8380)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la Reducción de Brechas y Carencias en la Educación en Todos sus  
Niveles

PIURA – PERÚ

2024

## DEDICATORIA

**A Dios;** por brindarme la fortaleza y capacidad para superar toda barrera y llegar hasta donde eh llegado, por darme una vida llena de aprendizajes y experiencias que suman a que mis anhelos se hagan realidad.

**A mis Padres,** por ser el impulso más importante en mi vida, por su confianza y apoyo incondicional, porque nunca dejan de creer en mí y son mi soporte en los momentos más difíciles.

## **AGRADECIMIENTO**

Deseo expresar mi más profundo y sincero agradecimiento a todas aquellas personas que con su ayuda han colaborado en la realización del presente trabajo, a los integrantes de la comunidad educativa donde se ha realizado esta investigación, por la orientación y acompañamiento continuo y por el apoyo recibido a lo largo de esta etapa.

Especial reconocimiento merece el interés mostrado por mi trabajo y las sugerencias recibidas de los asesores, quienes con sus conocimientos, paciencia y motivación han aportado al logro de esta meta.

Quisiera hacer extensiva mi gratitud y recalcar el compromiso institucional que siento con la Universidad Cesar Vallejo y a mis maestros por todo el apoyo a lo largo de este reto, por su tiempo y por los conocimientos que me transmitieron.

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR

Yo, Dra. Díaz Espinoza, Maribel, docente de la Escuela de posgrado y Programa Académico de Maestría en Gestión de los servicios en salud de la Universidad César Vallejo de Trujillo (filial de Piura), asesora de la tesis titulada: “Habilidades Blandas y Adicción a Redes Sociales en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa de Tumbes, 2024” de la autora Guerrero Mogollón, Marilyn Kassandra, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones. He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender el proyecto de investigación cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo. En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

**Lugar y fecha:** Piura, 29 de Junio de 2024.

<b>Apellidos y nombres del asesor:</b> Dra. Díaz Espinoza, Maribel	
<b>DNI N°</b> 03683602	<b>Firma</b> 
<b>ORCID:</b> orcid.org/0000-0001-5208-8380	



**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, GUERRERO MOGOLLON MARILYN KASSANDRA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
GUERRERO MOGOLLON MARILYN KASSANDRA <b>DNI:</b> 74610757 <b>ORCID:</b> 0000-0002-3586-2298	Firmado electrónicamente por: M GUERREROMO94 el 11-11-2024 11:32:08

Código documento Trilce: INV - 1844810

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Declaratoria de autenticidad del asesor	iv
Declaratoria de originalidad del autor	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	12
3.1. Tipo y diseño de investigación	12
3.2. Variables y operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	14
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	15
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de datos	16
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	17
V. DISCUSIÓN	26
VI. CONCLUSIONES	31
VII. RECOMENDACIONES	32
REFERENCIAS	33
ANEXOS	40

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Población de la Institución Educativa	14
Tabla 2	Correlación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales	17
Tabla 3	Correlación entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales	18
Tabla 4	Correlación entre la dimensión empatía y adicción a redes sociales	19
Tabla 5	Correlación entre la dimensión comunicación asertiva y adicción a redes sociales	20
Tabla 6	Prueba de normalidad de habilidades blandas y adicción a redes sociales	21
Tabla 7	Contrastación de hipótesis de relación significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales	22
Tabla 8	Contrastación de hipótesis de relación significativa entre resiliencia y adicción a redes sociales	23
Tabla 9	Contrastación de hipótesis de relación significativa entre empatía y adicción a redes sociales	24
Tabla 10	Contrastación de hipótesis de relación significativa entre comunicación asertiva y adicción a redes sociales	25

## ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

Figura 1	Esquema del diseño de investigación	12
----------	-------------------------------------	----

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024. Para dar sostenibilidad a este estudio se ha trabajado con una metodología de tipo básica, enfoque cuantitativo – correlacional asociativa, con diseño no experimental trasversal. La muestra universal se conformó por 150 estudiantes del nivel secundaria, utilizando los cuestionarios de habilidades blandas y adicción a redes sociales. Los resultados sustentan que, 67.3% (101) presentan un nivel bajo en habilidades blandas de los cuales el 31.3% (47) se ubican en un nivel alto en adicción a redes sociales, un 18% (27) en habilidades blandas y el 8% (12) en adicción a redes sociales tienen niveles promedio y el 14.7% (22) se ubican en nivel alto para habilidades blandas, del cual el 10% (15) tienen nivel alto en adicción a redes. Con un  $Rho = 205$  y un  $p = ,01$  se concluye que si hay relación significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

Palabras clave: Adolescentes, adicción a redes sociales, habilidades blandas.

## **Abstract**

The general objective of this research was: Determine the relationship between soft skills and addiction to social networks in high school students of an educational institution in Tumbes, 2024. To give sustainability to this study, we have worked with a basic methodology, quantitative approach. – associative correlational, with a transversal non-experimental design. The universal sample was made up of 150 secondary school students, using questionnaires on soft skills and addiction to social networks. The results support that 67.3% (101) have a low level in soft skills, of which 31.3% (47) have a high level in addiction to social networks, 18% (27) in soft skills and 8 % (12) in addiction to social networks have average levels and 14.7% (22) are located at a high level for soft skills, of which 10% (15) have a high level in addiction to networks. With a  $Rho=205$  and a  $p= .01$ , it is concluded that there is a significant relationship between soft skills and addiction to social networks in high school students from an educational institution in Tumbes, 2024.

Keywords: Adolescents, addiction to social networks, soft skills.

## I. INTRODUCCIÓN

Uno de los temas que está tomando amplia relevancia en el contexto educativo es el desarrollo de las habilidades blandas, y es que, en función a lo referido por Hargie, Saunders y Dickson (citado por Poma, 2021) son la gama de conductas sociales destinadas a un propósito, éstas, pueden ser aprendidas y además, están bajo el control de la persona, se consideran importantes porque la falta de las mismas puede originar diferentes alteraciones en el individuo como baja aceptación, aislamiento, problemas personales, dificultades escolares, problemas en la adopción de roles, desajustes psicológicos, problemas en la salud mental (adicciones), entre otros.

Robles (2019) informa que la gran mayoría de instituciones educativas a nivel mundial no cuentan con un plan de formación de habilidades blandas en los estudiantes. Sin embargo, en Perú en un 75% se viene uniendo fuerzas con diferentes entidades y profesionales para que en las diferentes I.E sea una prioridad el abordaje de las mismas, pues las consideran trascendentales para la formación de capacidades educativas y personales (Minedu, 2018).

Respecto a la comunicación por medio de internet, se ha convertido en una manera de interacción más frecuente especialmente en adolescentes y jóvenes, sin embargo, los recursos tecnológicos que ofrece el internet como lo son las páginas sociales pueden llegar a percibirse como un fin y no en un medio. Según lo expuesto por Echeburúa (2020) las redes sociales suelen llegar a enganchar en ciertos espacios a los más jóvenes debido a que el contexto virtual aporta a establecer una identidad inexistente y genera una pérdida de contacto personal.

Las redes sociales a nivel internacional han presentado consecuencias increíbles, se ha detectado que 1.610 millones de personas le dan un uso constante, un 14% más que en el 2015 (Ruiz, 2018) especialmente en Centroamérica un 28% utilizan las redes sociales más de tres horas todos los días y 44% las utiliza constantemente, de esta manera se registra un promedio de 150 veces al día el uso de un teléfono inteligente para realizar diferentes consultas (Martínez, 2018). Se hace mención que el 93% de los peruanos utiliza las redes sociales para interactuar, investigar u otros fines (Salcedo, 2016). En la

investigación realizada por Dioses (2020) se identificó que en Tumbes en el 61.1% de jóvenes que han pasado por evaluaciones predomina la falta de control personal debido al uso de esta tecnología. Analizando lo antes mencionado, se considera que el uso de la tecnología está simplificando los quehaceres cotidianos, además, están concibiendo cambios en las personas y en la manera en que la sociedad se desarrolla, relacionándose en el diario vivir (Muñoz, 2019).

En el contexto de una I.E de Tumbes, se ha observado que el alumnado ha modificado su comportamiento; en la forma de socialización se ha perdido la valoración al otro, no logran responder a los problemas de su entorno con precisión, presentan dificultades al comunicarse y relacionarse asertivamente, viéndose como causa principal la elevada filiación con las redes que pese a los esfuerzos de los docentes en moldear sus metodologías es complicado alcanzar un cambio. Es por ello, que se busca por medio de la presente investigación establecer las técnicas adecuadas para menguar la problemática presente. Por tanto, es pertinente plantear el siguiente enunciado: ¿Cuál es la relación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024?, considerando como preguntas alternativas: ¿Cuál es la relación entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales en estudiantes?; ¿Cuál es la relación entre la dimensión empatía y adicción a redes sociales en estudiantes?; ¿Cuál es la relación entre la dimensión comunicación asertiva y adicción a redes sociales en estudiantes?.

Esta investigación mostró un impacto en las propuestas que mejorarán el desarrollo de habilidades blandas y a su vez minimizarán el índice de adicción a redes sociales, conocer el escenario existente en la IE permitirá a la comunidad educativa poner en práctica una formación variada e innovadora que responda a las necesidades presentes. Asimismo, se justifica con un valor teórico, ya que recolectó fundamentos teóricos relevantes respecto a las variables en estudio basado en los enfoques propuestos por Gismero y Griffiths, mismo, que conllevaron a analizar y brindar datos sobre las habilidades y la adicción a redes sociales, y esto gracias a que en Tumbes no se ha desarrollado una investigación previa. Metodológicamente su justificación recae en la utilización de instrumentos que cumplen con la validez y la confiabilidad, mismos que permitieron alcanzar

resultados sin manipular las variables. Su valor práctico se encuentra en la información adquirida, pues fue veraz y reconoció las causas que conllevan al uso adictivo de las redes sociales y si ésta guarda alguna relación con el proceso de las habilidades blandas, en lo social permitió identificar los índices de las variables y en función a ello proponer estrategias preventivas y promocionales.

En búsqueda de responder al problema descrito, se presenta como objetivo general: Determinar la relación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024. Para lograr el objetivo anterior fueron descritos como objetivos específicos: Establecer la relación entre la dimensión resiliencia; la dimensión empatía, comunicación asertiva y adicción a redes sociales en estudiantes.

Finalmente, se planteó como hipótesis general: Existe relación significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

## II. MARCO TEÓRICO

Referente a los trabajos previos, se ha abordado una investigación por medio de artículos científicos, tesis de post grado y enlaces web para poder concretar lo que a continuación se presenta. En el contexto internacional encontramos a Hernández y Morales (2024)

León et al. (2022) quien buscó analizar la relación entre empatía, uso de redes sociales y salud mental. Los resultados abordaron que el mayor tiempo en redes sociales es ante la presencia de crisis, reporte de ansiedad y presencia de estrés. Así mismo, se concluye que la habilidad empática influye en el uso de redes sociales y por ende en la salud mental.

Cataño et al. (2021) buscaron valorar el riesgo de adicción y relacionarlo con habilidades para la vida en un colegio público. Se reveló el nivel medio de riesgo de adicción, que refleja diferencias significativas entre síntomas adictivos y uso social y nomadismo en mujeres y la curiosidad a favor de los varones. Además, niveles mínimos en las habilidades para la vida, con diferencias significativas en todas las diez dimensiones que benefician a las damas. Se concluye que las correlaciones son positivas entre el uso de las redes sociales y las dimensiones de habilidades, así también, se identifica que con el aumento de riesgo de adicción las habilidades se vuelven deficientes.

Por su parte Valencia et al. (2021) buscó analizar las percepciones de los estudiantes al nivel de adicción a las redes sociales. Los hallazgos detallan la frecuencia y horas de utilización, lo que permite rechazar  $H_0$  en  $p \leq 0,001$ : "Con qué frecuencia ingresa a una página social" y "Número de horas que hace uso de las mismas a la semana". Así también, se concluye que existen diferencias significativas respecto a la apreciación que los escolares tienen sobre las redes sociales, tal cual la intensidad y el tiempo que se utilizan.

Klimenko et al. (2021) tuvo como objetivo, reconocer la relación de uso excesivo a internet y redes sociales con las habilidades para la vida. En los resultados se encuentra que entre adicción a redes y algunas dimensiones de habilidades blandas se adquieren relación positiva. Concluyendo que no hay

significancia entre las variables estudiadas, considerando otros factores influyentes.

Aguinada y Sánchez (2020) a través de la revista *Educare Et Comunicare* presentaron como objetivo: estimar la eficacia metodológica y teórica de las publicaciones sobre la formación de habilidades blandas en el aprendizaje, en el que se concluye que las diferentes publicaciones sobre habilidades blandas presentan un recóndito análisis, determinando como resultado que el proceso de las habilidades contribuyen de forma significativa en el aprendizaje.

Abordando el contexto nacional se toma la investigación de Sánchez y Ñañez (2022) el objetivo de su escritura es establecer la correlación entre habilidades de trabajo en equipo y las habilidades sociales. Encontrándose moderada pero significativamente una relación entre las variables. Concluyendo que la percepción del trabajo en equipo como técnica de enseñanza-aprendizaje ha sido relacionada con el desarrollo de habilidades sociales.

El estudio planteado por Pancca (2022) sostuvo como propósito determinar la relación entre redes sociales y la comunicación asertiva. Los hallazgos demuestran que no hay relación entre las variables, al no haberse encontrado significancia entre ellas. Es entonces que, concluye aceptándose la hipótesis nula que indica que: las redes sociales no muestran influencia en la comunicación asertiva en los estudiantes de secundaria.

Carbajal (2022) buscó comprobar la relación entre rendimiento académico y habilidades blandas en adolescentes. Los resultados adquiridos identifican que las habilidades blandas más desarrolladas en los escolares son: liderazgo con un 41%; toma de decisiones con un 40%; un 31% mantiene hábitos de estudio, y un 21%, presenta una adecuada comunicación asertiva. La conclusión es, existe relación positiva alta entre los temas mencionados con un coeficiente de 0.89%.

Se presenta el estudio propuesto por Sánchez (2021) tuvo el objetivo de relacionar la adicción a internet, resiliencia y rendimiento escolar. Se encontró que con un  $r=,105$  existe una correlación baja y positiva entre adicción a internet y resiliencia. Alcanzando como conclusión que no hay significancia, por tanto, rechaza la hipótesis que aprueba la correlación entre las variables consideradas.

Chiarella et al. (2019) trabajaron en función del objetivo: Describir las percepciones sobre habilidades blandas en estudiantes representantes de la dirección académica. Arribó a los siguientes resultados: los tres grupos evaluados coinciden al percibir como trascendentales las habilidades blandas en sus dimensiones comunicación y resolución de conflictos y se concluye que, las habilidades blandas son principales para el progreso integral de toda persona.

A nivel local sobre la variable habilidades blandas, se ubica a Zapata (2020), tuvo como propósito identificar el perfeccionamiento de habilidades en escolares de una organismo educativo de Tumbes, el resultado está alineado a un mayor nivel en empatía y comunicación asertiva, por otro lado, concluye que el desarrollo de habilidades blandas en los escolares se pueden comprender concretadas cuando se enseña con el ejemplo, cuando se le permita resolver situaciones problemáticas o retos que se le presentan en el camino.

Haciendo énfasis en los postulados teóricos se muestra la teoría evolutiva de Millon (1990), que identifica las habilidades blandas como destrezas o comportamientos que los individuos van obteniendo con el tiempo y dependiendo a la etapa de desarrollo en la que estén, desde la adquisición de roles comprensión de estímulos y adecuado desarrollo de relaciones interpersonales.

Se ubica además, la teoría integradora de Gismero (2010), que engloba distintos enfoques como el conductual, cognitivo y social, en el que se explica que, las habilidades blandas sirven para dar a conocer necesidades, pensamientos y estados afectivos de las personas, estas orientan a los individuos a hacerle frente a los problemas en el terreno interpersonal; empezando por comprender puntos de vista, reacciones y manejo de sentimientos en momentos de inestabilidad, con ello alcanzar conductas expresivas asertivas.

En la teoría de la autorrealización descrita por Maslow (1943), explica que las habilidades blandas son respuesta a una composición entre las capacidades sociales, de comunicación, personalidad e interacción con quienes los rodean. Se habla de la influencia del entorno que afecta la conducta desarrollada por la persona, mediante los procesos cognitivos percibidos por la imaginación y el esquema de pensamiento que es necesario para el perfeccionamiento de estas.

Y el modelo del aprendizaje social de Bandura (1987), que brinda un soporte teórico claro respecto al porqué una pedagogía de aprendizaje activa suele ser más efectiva para la preparación en habilidades blandas. Se indica que los seres humanos adquieren patrones comportamentales desde lo simple a lo complejo mediante la observación. Así también, este postulado acentúa aquella afiliación por determinados estándares comportamentales volviéndose fácil a través de diversos ensayos, esto origina que las conductas se determinen por ciertas interacciones en su entorno social.

En relación a los fundamentos conceptuales, decimos que habilidades blandas son la gama de destrezas de carácter socioafectiva necesarias para la interacción con otros, estas capacidades pueden ser innatas o aprendidas y tienden a desarrollarse a lo largo de la vida (World, 2019).

Según De la Ossa (2022) las habilidades blandas son particularidades individuales que le permite al ser humano desenvolverse correctamente con su ambiente y su ausencia se evidencia como una muralla que comprime las capacidades de la persona al interactuar positivamente con los demás.

Molinari (2017) afirma que las habilidades blandas se aprenden en el transcurso del proceso de socialización permitiendo una gama de aprendizajes y reforzadores, con lo que se busca un adecuado desarrollo de competencias socioemocionales. Para Maslow (1987), poner en práctica las habilidades blandas simboliza trabajar en la aptitud, naturaleza y valores adquiridos que impulsarán a los sujetos a lograr una mejor adaptación, flexibilidad ante momentos cambiantes, asertivos en su comunicación, resilientes, empáticos, felices y principalmente exitosos.

Ahondar en la descripción de las habilidades blandas en trascendental debido a que estas guardan una relación sólida orientada entre la competitividad social en la niñez y la conciliación psicopedagógica y social en la infancia y posterior cuando se es adulto (Chillcón, 2018). Aguinada (2020) refiere que son importantes para la cimentación de la identidad del ser humano por medio de la interacción entre pares y lo aprendido en el entorno familiar.

Teniendo presente la definición planteada por Abraham Maslow (psicólogo estadounidense), precursor de la Teoría de autorrealización, refiere que por medio de la práctica de destrezas blandas se permitirá vencer obstáculos que permitan alcanzar una comunicación más efectiva en un grupo y con los demás (López, 2021, p.12). Por lo que se considera abordar las siguientes dimensiones: Se inicia describiendo la resiliencia que es la capacidad por enfrentar, aprender y sobreponerse a las situaciones complicadas, es una necesidad imperante ante los vertiginosos cambios y evolución de todo tipo y en todas las áreas que se presentan en el día a día (Gómez, 2019). La empatía es la habilidad de distinguir los sentimientos y emociones del otro y se considera crucial para el perfeccionamiento de las relaciones interpersonales, además de involucrar la cognición social, como la forma en que percibes y piensas sobre los demás, significa el reconocimiento de sentimientos, aceptación de puntos de vista y espiritualización (López, 2021).

Por último, se presenta la comunicación asertiva, entendida como aquella habilidad que nos permite decir de forma verbal y no verbal lo que percibimos en cualquier situación que experimentamos sin llegar a lastimar a los demás o vulneren los derechos propios, de modo que implica la expresión de sentimientos brindando retroalimentación sin juicio y percibiendo retroalimentación a partir de la escucha activa (Grandez, 2017).

En referencia a Adicción a redes sociales, se aborda la perspectiva biopsicosocial de Griffiths (2005), quien utiliza un modelo sintomatológico de comportamientos con capacidad altamente reforzadas (adicciones) y las asemeja a aquellas características que se observan a las producidas por las sustancias psicoactivas.

Young (1998) describió la teoría de interacción, enfocando su atención en el uso imperceptible y perseverante, predominando un control pobre en los impulsos. Explica además que la adicción a internet se presenta como un abanico que abriga una gama de conductas asociadas a falta de control, que genera en el niño, adolescente y adultos investigación y acceso compulsivo.

Por su parte, la propuesta cognitivo conductual hace énfasis en que la adicción visto como preceptos desadaptativos, tienen una base en factores ambientales, cuya predilección de ciertos sujetos están enmarcadas a solturas psicológicas y costumbres sociales (Davis, 2001, p.13).

La adicción a redes sociales es también vista como una afición de tipo patológica que genera dependencia en el ser humano, y esto debido a que influye en su cognición prohibiendo el reflejo oportuno de sus beneficios. Esta patología psicológica logra un control por medio de reforzadores positivos, mostrando una imagen de placer por medio del comportamiento, sin embargo, finalizan ejerciendo un control por aquellos reforzadores negativos que se menciona conciben alivio ante las respuestas emocionales (Damas et al, 2016).

Segùn Díaz et al. (2017) estudiar el uso sin control a redes sociales es transcendental porque se está mostrando como una alteración social, siendo los jóvenes y adolescentes los más propensos a desarrollar características propias de esta adicción, pues no presentan una adecuada independencia emocional para trabajar en aquellas sensaciones nuevas que al estar conectados (as) experimentan.

Para Griffiths (2005) tal como en las adicciones a sustancias químicas, la sintomatología inicial en la adicción tecnológica se observa cuando el individuo principia a desenvolver comportamientos distintos en su rutina, por ejemplo, sintomatologías de dependencia, mismos que se circunscriben a la incomunicación ya sea existiendo solo o en compañía, en el área académica muestra bajo rendimiento al igual que en el trabajo, pues la atención centrada en el uso de la tecnología.

Para que esta teoría se sustente ha debido cumplir al menos los siguientes postulados: en primera instancia la teoría debe esquematizar apropiadamente aspectos farmacológicos, familiares, culturales y sociales. Seguido a ello, debe tener presente la naturaleza variable de las adicciones por medio de las diferentes culturas y debe consignar la experiencia humana (García, 2019)

Parte de ahí, para que Griffiths (2005) cree un modelo biopsicosocial de los adictos a partir de la analogía de su comportamiento con el de las sustancias

químicas (drogas, alcohol y otras como el tabaco) con aquellos que utilizan acontecimientos tecnológicos u otras conductas de refuerzo, encontrando que los síntomas en ambas situaciones son comparables (p. 9). En él estudia conductas clínicas específicas, y estipula que una conducta adictiva farmacológica consigue trasladarse uniformemente a una adicción conductual, simplificando de la siguiente manera: Comenzando por la prominencia, refiere a la importancia que la persona le da a una actividad particular, y pasa a dominar su proceso cognitivo, emotivo y conductual.

Dando continuidad a los cambios de humor, dominada por la experiencia personal que persuaden al sujeto a participar activamente debido a que perciben satisfacción. La tolerancia por su parte, aporta en el incremento de percibir los efectos iniciales. Respecto al síndrome de abstinencia como criterio, describe aquellos sentimientos de incomodidad en cuanto a la condición física, mental y social, a menudo se muestra molesto con una fuerte disminución en el funcionamiento de actividades. Prosigue el conflicto, que pueden ser consigo mismo o interpersonales, en este aspecto la persona es consciente que presentan una dificultad sin embargo se les es difícil controlarlo. Y el último punto es la recaída, que describe la característica de repetir las conductas iniciales luego de experimentar un cauce de abstinencia (Salas y Ecurra, 2019).

Griffiths (2005) explica que la adicción crea una falta de control en el individuo, mismo que está asociado a componentes cognitivos, conductuales y fisiológicos, que induce a la persona a abusar de las redes, distorsionando sus metas personales e interfieren en las relaciones tanto sociales como profesionales y familiares.

Díaz et al. (2017) abordan la explicación sobre las dimensiones de esta variable en base a lo fundamentado por Griffiths (2005), consignando inicialmente la obsesión hacia las redes sociales, vista como una responsabilidad cognoscitiva hacia las fuentes sociales denotando el pensamiento repetitivo por las mismas a tal punto de fantasear con estas. Se hace referencia como dimensión a una pérdida de control sobre el propio comportamiento al emplear las redes sociales, la cual su principal característica es la constante preocupación al generarse una interrupción en su uso, consecuentemente conlleva a un descuido en las

diferentes responsabilidades que le corresponde al sujeto. Y finalmente se describe al uso excesivo por las mismas, que explica las dificultades para mantener un control en el uso ya que le dedican tiempo excesivo, además de perder la capacidad por disminuir el tiempo que le brindan.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de la investigación

##### 3.1.1 Tipo de investigación:

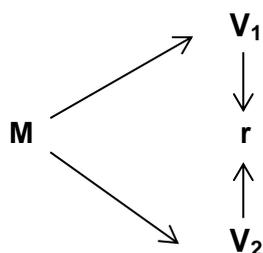
Se trabajó con un paradigma positivista, caracterizado por su interés en la verificación de conocimientos, es decir, busca comprobar las hipótesis formuladas (Ricoy, 2006). El enfoque fue cuantitativo, debido a que se obtuvieron resultados numéricos (Hernández et al. 2014). Respecto al tipo la investigación fue básica, lo expuesto por Hernández y Mendoza (2018) es que están alineadas a adquirir conocimientos nuevos de manera metódica, con el fin de incrementar los mismos en un escenario seleccionado.

##### 3.1.2 Diseño de investigación:

Se consideró el no experimental – transversal, porque se realizó sin manipulación de las variables. Únicamente prestaron atención a los fenómenos desde la postura original, por otro lado, el recojo de datos se dio en un momento determinado (Hernández, et al. 2010). Así también, fue correlacional asociativa, según los autores porque busca identificar la relación que guardan dos variables.

**Figura 1**

*El esquema está representado por*



**M:** Muestra de estudio

**V<sub>1</sub>:** Habilidades blandas

**V<sub>2</sub>:** Adicción a redes sociales

**r:** relación entre ambas variables

### **3.2 Variables y operacionalización**

#### **Variable 1: Habilidades blandas:**

Definición conceptual: Es la habilidad para identificar y gestionar nuestras emociones y sentimientos, impulsando a observar nuestras relaciones, estas suelen ser susceptibles para ser aprendidas y a su vez perfeccionarse con el transcurrir del tiempo (Gismero, 2010).

Definición operacional: Se evaluó utilizando el cuestionario de habilidades blandas, donde proponen que si la puntuación es: 17 a 28 se ubica en un nivel "bajo", 29 – 40 nivel "promedio" y 41 - 51 nivel "alto".

Indicadores: en la dimensión resiliencia se ha considerado los indicadores: Visión positiva de sí mismo y habilidad para solucionar problemas. Para empatía se presenta: empatía cognitiva y empatía afectiva. Y en comunicación asertiva: Control intrapersonal e interpersonal.

Escala de medición: Ordinal.

#### **Variable 2: Adicción a redes sociales:**

Definición conceptual: Se considera así a la dependencia psicológica que se caracteriza por el incremento en las gestiones realizadas por este medio, produciendo molestias al sentirse la persona fuera de acceso, escasa tolerancia y negación por el problema evidente (Escurra y Salas, 2014).

Definición operacional: Se evaluó utilizando el Cuestionario de adicción a redes sociales donde proponen que si la puntuación es: 21 – 35 se ubica en un nivel "bajo", 36 – 49 nivel "promedio" y 50-63 nivel "alto".

Indicadores: Para la dimensión obsesión por las redes sociales: Tiempo en redes sociales, alivio, malhumor o ansiedad. Respecto a falta del control personal: control de hábitos y control de actividad. Y para uso excesivo de las redes: indolencia a amigos y familiares, frecuencia e ímpetu de uso y llamada de atención.

Escala de medición: Ordinal.

### 3.3 Población, muestra y muestreo

#### 3.3.1 Población:

Considerada como un conjunto de factores correspondientes al entorno espacial en el que se realizara la investigación (Hernández, et al. 2010). Para la investigación, se tomó a 150 escolares del nivel secundaria.

**Tabla 1**

*Población de la Institución Educativa*

Grados	Sexo		Cantidad
	Masculino	Femenino	
Primero	10	18	28
Segundo	13	18	31
Tercero	11	20	31
Cuarto	14	15	29
Quinto	16	15	31
	Total		150

*Nota:* Nóminas de matrícula 2024

**Criterios de inclusión:** Estudiantes matriculados en la Institución Educativa y estudiantes que accedieron participar en la investigación.

**Criterio de exclusión:** Estudiantes que no asistieron el día de la evaluación y estudiantes que no respondieron el total de los ítems.

#### 3.3.2 Muestra:

Fue una muestra universal por conveniencia por ser una población pequeña, formada por 150 estudiantes varones y mujeres de nivel secundaria, cuyas edades oscilan entre los 11 y 16 años. Para Hernández, et al. (2014) muestra se considera al acumulado de compendios que se adquieren de una población.

#### 3.3.3 Muestreo:

Fue no probabilística, esto responde a que los sujetos fueron seleccionados

por motivo de su realizable acceso (Hernández et al., 2014). Es esta población en la que se percibe características de filiación a redes sociales y déficit en el desarrollo de habilidades blandas.

### **3.3.4 Unidad de análisis:**

Fueron estudiantes del nivel secundaria.

## **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La técnica fue la encuesta, para lo cual, Palomino et al. (2015) describieron que es la gama de componentes y/ o recursos que aportan a recopilar información.

El cuestionario de habilidades blandas, estuvo compuesto por 17 ítems y fue validado también por 5 jueces expertos con grado de magister, la confiabilidad alcanzó el alfa de Cronbach =, 920, determinándola como satisfactoria.

El cuestionario considerado para adicción a redes estuvo estructurado por 21 ítems con alternativas de respuesta que van desde nunca, casi siempre y siempre. La validez fue verificada por 5 jueces expertos con grado de magister, quienes evaluaron la relación de la variable con las dimensiones, indicadores e ítems. La confiabilidad se determinó con un alfa de Cronbach= ,710 considerando una confiabilidad moderada.

### **3.5. Procedimientos:**

Se realizó la presentación y la autorización requerida para llevar a cabo el estudio, procediendo a seleccionar los partícipes de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión haciendo un total de 150 contribuyentes a quienes se les proporcionó el consentimiento informado, y luego de aceptado se les entregarán herramientas de evaluación para obtener los resultados y colocarlos en la matriz de Microsoft Excel. Por último, se realizó una transcripción de acuerdo a los objetivos de la investigación, discutiendo los resultados y comparándose con las hipótesis iniciales.

### **3.6. Método de análisis de datos:**

En principio se recopiló la información utilizando los respectivos instrumentos que permitieron codificar numéricamente las alternativas a través del programa SPSS, seguido se utilizaron tablas y gráficos que reflejan las frecuencias y porcentajes. Para obtener la contratación de hipótesis se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov y para la comprobación de las hipótesis un estadístico inferencial RHO Spearman.

### **3.7. Aspectos éticos:**

Se contemplaron principios basados en la ética, desde el principio se buscó mantener el anonimato a los participantes, así también cumplió el principio de beneficencia y respeto a la dignidad humana. Cabe resaltar que se respetó la base de información, puesto que, se trabajó en función a las normas APA de investigación.

#### IV. RESULTADOS

Los datos que a continuación se presentan son resultado de la aplicación de cuestionarios a los estudiantes.

##### Datos para el objetivo general:

Determinar la relación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

**Tabla 2**

*Correlación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales.*

		Adicción a redes sociales			Total
		Bajo	Promedio	Alto	
Habilidades blandas	Bajo	12	42	47	101
		8,0%	28,0%	31,3%	67,3%
	Promedio	3	12	12	27
		2,0%	8,0%	8,0%	18,0%
	Alto	0	7	15	22
		0,0%	4,7%	10,0%	14,7%
Total		15	61	74	150
		10,0%	40,7%	49,3%	100,0%

*Nota:* Aplicación de cuestionarios a estudiantes.

En la tabla 2, se identifica que el 67.3% (101) presentan un nivel bajo en habilidades blandas de los cuales el 31.3% (47) se ubican en un nivel alto en adicción a redes sociales, un 18% (27) en habilidades blandas y el 8% (12) en adicción a redes sociales tienen niveles promedio y el 14.7% (22) se ubican en nivel alto para habilidades blandas, del cual el 10% (15) tienen nivel alto en adicción a redes.

### Datos para el objetivo específico N° 1:

Establecer la relación entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

**Tabla 3**

*Correlación entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales.*

		Adicción a redes sociales			Total
		Bajo	Promedio	Alto	
Resiliencia	Bajo	13 8,7%	41 27,3%	43 28,7%	97 64,7%
	Promedio	1 0,7%	12 8,0%	14 9,3%	27 18,0%
	Alto	1 0,7%	8 5,3%	17 11,3%	26 17,3%
Total		15 10,0%	61 40,7%	74 49,3%	150 100,0%

*Nota:* Aplicación de cuestionarios a estudiantes.

En la tabla 3, se observa que el 64.7% (97) presentan un nivel bajo en la dimensión resiliencia de los cuales el 28.7% (43) se ubican en un nivel alto en adicción a redes sociales, un 18% (27) en resiliencia presenta nivel promedio, del mismo un 9.3% (14) tiene alto nivel de adicción a redes sociales, así el 17.3% (26) se ubican en nivel alto para resiliencia, del cual el 11.3% (17) tienen nivel alto en adicción a redes.

## Datos para el objetivo específico N° 2:

Establecer la relación entre la dimensión empatía y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

**Tabla 4**

*Correlación entre la dimensión empatía y adicción a redes sociales.*

		Adicción a redes sociales			
		Bajo	Promedio	Alto	Total
Empatía	Bajo	10 6,7%	30 20,0%	20 13,3%	60 40,0%
	Promedio	4 2,7%	21 14,0%	41 27,3%	66 44,0%
	Alto	1 0,7%	10 6,7%	13 8,7%	24 16,0%
Total		15 10,0%	61 40,7%	74 49,3%	150 100,0%

*Nota:* Aplicación de cuestionarios a estudiantes.

En la tabla 4, se observa que el 44% (66) presentan un nivel promedio en la dimensión empatía de los cuales el 27.3% (41) se ubican en un nivel alto en adicción a redes sociales, un 40% (60) en empatía muestra nivel bajo, del mismo un 20% (30) tiene nivel promedio de adicción a redes sociales, así el 16% (24) se para empatía y el 8.7% (13) en adicción a redes tienen niveles alto.

### Datos para el objetivo específico 3:

Establecer la relación entre la dimensión comunicación asertiva y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

**Tabla 5**

*Correlación entre la dimensión comunicación asertiva y adicción a redes sociales.*

		Adicción a redes sociales			Total
		Bajo	Promedio	Alto	
Comunicación asertiva	Bajo	14 9,3%	42 28,0%	47 31,3%	103 68,7%
	Promedio	1 0,7%	19 12,7%	27 18,0%	47 31,3%
Total		15 10,0%	61 40,7%	74 49,3%	150 100,0%

*Nota:* Aplicación de cuestionarios a estudiantes.

En la tabla 5, se presenta que el 68.7% (103) presentan un nivel promedio en la dimensión comunicación asertiva de los cuales el 31.3% (42) se ubican en un nivel promedio en adicción a redes sociales, mientras que el 31.3% (47) en comunicación asertiva se ubica en el nivel promedio, del mismo que el 18% (27) tiene nivel alto de adicción a redes sociales.

**Tabla 6**

*Prueba de normalidad de habilidades blandas y adicción a redes sociales.*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades Blandas	,313	150	,000
Resiliencia	,307	150	,000
Empatía	,315	150	,000
Comunicación asertiva	,323	150	,000
Adicción a redes sociales	,224	150	,000
Obsesión a redes sociales	,217	150	,000
Falta de control personal	,302	150	,000
Uso excesivo de las redes sociales	,236	150	,000

Para comprobar si las variables derivan o no de una distribución normal, se efectuó la prueba de Kolmogorov Smirnov (KS), este estudio se desplegó variable por variable y además por dimensión.

Para las variables se plantearon las siguientes hipótesis para demostrar su normalidad:

Ho: La variable tiene distribución normal.

H1: La variable no tiene distribución normal.

Aceptándose la H<sub>1</sub>.

Es por ello que el estadístico a utilizar es el RHO Spearman debido a que las variables no cuentan con distribución normal.

Hipótesis general: Existe relación significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes – 2024.

**Tabla 7**

*Contrastación de hipótesis de relación significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales.*

		Habilidades blandas	Adicción a redes sociales
Rho de Spearman	Habilidades blandas	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,205*
		N	. 150
			,01 150

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

En base a los resultados obtenidos en la tabla 7 de la prueba de correlación Spearman, se observa con un grado de correlación  $Rho = ,205$  y una significancia  $p = ,01$ , lo que significa que existe relación positiva débil estadísticamente significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales. Ante estos datos se comprueba la hipótesis de investigación planteada.

Existe relación significativa entre la dimensión resiliencia de habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes – 2024.

**Tabla 8**

*Contrastación de hipótesis de relación significativa entre resiliencia y adicción a redes sociales.*

			Resiliencia	Adicción a redes sociales
Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000	,117
		Sig. (bilateral)	.	,153
		N	150	150

En función a los hallazgos alcanzados en la tabla 8 de la prueba de correlación Spearman, se observa con un grado de correlación  $Rho = ,117$  y una significancia  $p = ,153$ , revela que no existe significancia entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales. Por ende, se rechaza la hipótesis planteada.

Existe relación significativa entre la dimensión empatía de habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes – 2024.

**Tabla 9**

*Contrastación de hipótesis de relación significativa entre empatía y adicción a redes sociales*

		Adicción a redes sociales		
		Empatía		
Rho de Spearman	Empatía	Coeficiente de correlación	1,000	,220**
		Sig. (bilateral)	.	,007
		N	150	150

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

En función a los resultados obtenidos en la tabla 9 de la prueba de correlación Spearman, se observa con un grado de correlación  $Rho = ,220^{**}$  y una significancia de  $p = ,007$ , existe relación altamente significativa entre la dimensión empatía de habilidades blandas y adicción a redes sociales.

Existe relación significativa entre la dimensión comunicación asertiva de habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Tumbes – 2024.

**Tabla 10**

*Contrastación de hipótesis de relación significativa entre comunicación asertiva y adicción a redes sociales.*

			Comunicación asertiva	Adicción a redes sociales
Rho de Spearman	Comunicación asertiva	Coeficiente de correlación	1,000	,130
		Sig. (bilateral)	.	,111
		N	150	150

En torno a los resultados logrados en la tabla 10 de la prueba de correlación Spearman, se observa con un grado de correlación  $Rho = ,130$  y un grado de significancia  $p = ,111$ , se determina que no existe relación entre la dimensión comunicación asertiva de habilidades blandas y adicción a redes sociales. Por lo que, se rechaza la hipótesis planteada.

## V. DISCUSIÓN

Luego de la explicación de los resultados se procede a discutir los mismos, el objetivo general de este estudio fue: Determinar la relación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024, los hallazgos demuestran que con un valor de  $p= ,01$  si hay significancia entre las variables habilidades blandas y adicción a redes sociales en adolescentes de secundaria, por lo que, se acepta la hipótesis planteada. Ante estos hallazgos se puede precisar que la falta de desarrollo de habilidades blandas de empatía, resiliencia y comunicación asertiva podrían generar adicción a las páginas sociales, aunado a esto la falta de supervisión, el libre acceso a internet y la edad misma en la que se encuentran los estudiantes son factores que predisponen a generar adicción a las redes.

Esto se asemeja a los resultados que muestra Cataño et al. (2021) determinaron que la variable adicción a redes sociales guarda relación con habilidades blandas, pero por ser débil, es trascendental enfocar la atención a otros elementos que permitan comprender el comportamiento adictivo, así como, la escasa valoración por las habilidades por parte de los adolescentes. Por su parte, Pancca (2022), al encontrar relación entre las variables antes mencionadas, explica que, la conducta es un factor relevante en la construcción de identidad en el individuo u aprendizajes que este va adquiriendo, siendo las habilidades y el comportamiento adictivo componentes aprendidos, en el mayor de los casos puede verse influenciado por roles sociales u familia.

De acuerdo con la teoría sociológica (Bandura, 1982) la interacción individuo-entorno está inconclusa por conocimientos de aprendizaje como el modelado y el entrenamiento que permiten al sujeto comportarse de una forma autoritaria y socialmente aceptable. Bajo esta postura, autores como Fernández, Palomero y Teruel (2009) explicaron que las habilidades blandas juegan un papel vital y deben incluirse en una educación para fomentar espacios de tranquilidad en la sociedad. Así también, Díaz et al (2017), pone en manifiesto que el uso excesivo de las redes sociales es resultado de diferentes elementos, desde lo ambiental, biológico, así como, el contexto social en el que se desarrollan y pautas de

crianza que no se encuentran correctamente establecidas, por lo cual, propone orientar una indagación en recursos psicológicos, cognitivos, emocionales y motivacionales.

Entonces, en el contexto evaluado es significativo ahondar en estos aspectos presentes, siendo una población adolescente, las variables pueden verse relacionadas además con factores psicosociales y/o culturales que pueden incidir en el déficit u incremento de las mismas.

Para el objetivo específico: determinar la relación entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales, se concluye que con  $p= ,153$  no existe significancia entre dicha dimensión y la variable, rechazándose la hipótesis propuesta. Si observamos a la resiliencia como un elemento de protección relevante en el comportamiento adictivo y comprendido como un talento de naturaleza respectivamente sólido y compuesta por factores interconectados, entre los que se encuentran la calma, la perseverancia, la confianza, la autosatisfacción y la tolerancia de soledad existencial, los estudiantes evaluados presentan niveles bajos de resiliencia. Entonces, siendo la población evaluada un grupo que presentan diferentes carencias familiares, la constancia de conexión a las redes puede ser vista como una fuente de soporte y de escape a la realidad.

Sanchez (2021) encontró resultados semejantes, ya que rechazó la hipótesis afirmativa, ante este resultado deduce que el uso del Internet, como fundamento principal de inquisición y los sitios para entretener mediante las áreas sociales, estaría siendo un rol significativo y se relacionaría con un mayor entendimiento de la vida dándole un sentido de pertenencia. Klimenko et al. (2022) plantea que no siempre los usos de los medios virtuales deben ser asignados como algo negativo, el aspecto adictivo puede estar sindicado por componentes biológicos o psicosociales que pueden vulnerar al ser humano, en este caso al adolescente.

Griffiths (2005) por medio de su teoría biopsicosocial se enfoca en explicar que las adicciones son respuesta a coeficientes genéticos, biológicos, psicológicos y sociales, pero además, debe tener en consideración particularidades propias de la actividad, es decir, aspectos que impregnen en la atención del adolescente. Cabe precisar que para esta teoría existe una gama de criterios a tener en cuenta para

que una conducta sea vista como adictiva, es decir bajo el enfoque resiliente, es importante saber identificar entre un entusiasmo excesivo y saludable y/o una adicción propiamente dicha.

A la luz de los resultados obtenidos, podemos destacar lo importante que puede resultar la utilización de redes sociales desde un enfoque resiliente, es decir, que los usos de los espacios virtuales sirvan como soporte, que sean vistas como espacios que pueden ser utilizados con responsabilidad y le permitan a los adaptarse a su entorno y enfrentarse favorablemente a acontecimientos opuestos que manan en la interacción humana.

Referente al objetivo específico establecer la relación entre la dimensión empatía y adicción a redes sociales; con  $p= ,007$  existe relación significativa y se acepta la hipótesis de investigación. Al encontrarse altos índices de adicción y promedio en empatía se describe que estas últimas poseen un papel central en el grado de impacto que presente el uso de las redes sociales en los adolescentes.

Teniendo en cuenta los antecedentes propuestos, estos hallazgos se contrastan con los de León et al. (2022) por medio de su investigación resolvió que existe una relación entre empatía, redes sociales e indicadores de salud mental. Por lo que es relevante explicar que la empatía es una variable importante en la socialización, aunque cabe preguntarse si esta variable está influida por el nuevo ecosistema que suponen las redes sociales y los cambios que conlleva en cuanto a los comportamientos y percepciones que conlleva. Por su parte, Hernández y Morales (2024) comprobó que el uso elevado y adictivo de redes sociales está relacionado por una interacción informativa y social, pero prevalecen aspectos individuales como el autoconcepto, autoestima, habilidades sociales, y otros, que se involucran la dinámica familiar y giran en torno a la cultura.

Por su parte, Griffiths (2005) sostiene que los hábitos de uso de las redes sociales inciden en una serie de dificultades relacionadas con las habilidades interpersonales y de comunicación de una persona y, en consecuencia, su empatía y su capacidad para apoyar las emociones de los demás. Este hecho es especialmente importante para los futuros profesionales cuyos roles están íntimamente conectados con la ejecución de esta capacidad, utilizado como un

instrumento principal en el desempeño de la tarea, por ejemplo, enfermería, trabajo social, medicina, enseñanza o psicología son opciones profesionales viables. En este sentido, es fundamental comprender el papel que juega la empatía, además de la ansiedad y las conexiones interpersonales, en el desarrollo de la adicción a Internet.

Siendo la empatía una capacidad que permite a las personas interactuar de mejor forma ya que su característica es comprender la estructura emocional de los demás, en la adolescencia presenta algunas complejidades en su desarrollo, ya que en esta etapa, los sujetos están aprendiendo a identificar y gestionar sus emociones, por ello, se considera fácil el acceso a las redes como espacio de liberación de las mismas.

Finalmente, en el objetivo específico: establecer la relación entre la dimensión comunicación asertiva y adicción a redes sociales, se obtuvo un  $p= ,111$  no encontrándose significancia y rechazando la hipótesis afirmativa. Si bien es cierto, la comunicación asertiva abre muchas puertas, existen una gama de factores que no permiten su adecuado desarrollo y no precisamente origina una dependencia hacia las redes sociales.

En los resultados expuestos por Carbajal (2022) se determina que las dificultades en la comunicación de los estudiantes, pueden estar enmarcadas a factores como inadecuado control de emociones, pensamientos y relaciones con su contexto. Por su parte el atractivo a las redes sociales, podría estar guiada por la forma rápida de interacción, visto anteriormente sienten seguridad al expresarse por medios donde no necesariamente se requiere de un contacto visual o cercanía con otras personas, algo que en la etapa de adolescencia puede presenciarse como complicado. Cataño et al. (2021) Sustentan la importancia de reducir barreras que desfavorezcan el desarrollo de una adicción a las redes, y es que, se ha podido describir que los niveles altos de adicción a las redes sociales originan una serie de interrupciones en el contexto en el que opera una persona, presentándose por medio de faltas de respeto a los demás, ya que no hay más atención sino para los dispositivos móviles en lugar de buscar entablar una conversación familiar o con amigos evitando el contacto.

Según Griffiths (2005) las redes sociales incluyen solo habilidades interpersonales y de comunicación, es decir, la capacidad de una persona para conectarse con el entorno en el que se encuentra (Carrier et al., 2015). Cuando se ve desde el ángulo del cerebro social, un tipo social puede describirse como el entorno social y los tipos de relaciones interpersonales a los que las personas se han adaptado genética e históricamente. Se corrobora además la teoría de Salas y Escurra (2014) que indican que existen factores relacionados con la susceptibilidad de las personas a la adicción a redes, lo que indica que uno de los factores que rigen en los individuos son las habilidades sociales de bajo nivel, pues ante la falta de un adecuado desarrollo lingüístico y no lingüístico, socializar con sus pares se vuelve más difícil y prefieren buscar medios alternativos, afectando la comunicación asertiva.

La dependencia es el resultado de la naturaleza gratificante de la actividad, al igual que otros tipos de adicción, una persona primero se involucra activamente debido a su naturaleza gratificante (implica un mecanismo de amplificación positivo). Sin embargo, el alivio recibido es solo temporal. Todos estos procesos también ocurren en la adicción a las redes sociales.

## VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a la discusión de resultados desarrollada, se concluye que:

1. Con un  $Rho= .205$  y un  $p= .01$  se concluye que si hay relación significativa entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria.
2. Con un  $Rho= .117$  y  $p= .153$  se concluye que no hay relación significativa entre la dimensión resiliencia y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria.
3. Con un  $Rho= .220$  y  $p= .007$  se concluye que si existe relación significativa entre la dimensión empatía y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria.
4. Con un  $Rho= .130$  y  $p= .111$  se concluye que no hay relación significativa entre la dimensión comunicación asertiva y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Al director:

Realizar jornadas de sensibilización y actividades en equipo, con la finalidad que los estudiantes identifiquen la trascendencia que implica desarrollar las habilidades blandas.

Incorporar dentro de su evaluación situacional la prevalencia del uso excesivo de redes sociales que presentan los escolares e instaurar un programa de intervención que conlleve a disminuir el uso de las mismas.

Involucre dentro de las actividades y jornadas de sensibilización a los padres de familia, ya que desde casa deben brindar el acompañamiento respectivo a los adolescentes, y con ello lograr un trabajo articulado entre los agentes principales.

Al coordinador de tutoría se le recomienda:

Considerar en las sesiones de tutoría los temas relacionados al buen uso de redes sociales, así como el ejercicio de las habilidades blandas para la vida. De modo tal, se conlleve a disminuir los índices de prevalencia de adicción a redes y mejorar los niveles de habilidades blandas en los alumnos.

## VIII. REFERENCIAS

- Aguinada, A., & Sanchez, M. (2020) Énfasis en la formación de habilidades blandas en mejora de los aprendizajes. *Educare et Comunicare* Vol. 8 No. 2 (Agosto - Diciembre 2020), 78-87. <https://doi.org/10.35383/educare.v8i2.470>
- Ayala, M. (2012). Expresión personal y empatía en las redes sociales: los estudiantes universitarios y el uso de Facebook. *Cuadernos de H ideas*, 6(6). [http:// sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/33167](http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/33167)
- Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción*. Barcelona: Martinez Roca.
- Caballo, V. *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI de España Editores; 1998.
- Carbajal, P. (2022). *Redes sociales y su relación con la comunicación asertiva en los estudiantes de la carrera profesional de ciencias de la comunicación de la universidad privada de Tacna, 2022*. <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2805/Carbajal-Perez-Pierre.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cortes, F. (2019). *Dificultades interpersonales y adicción a las redes sociales en adolescentes escolares de Lima*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), Lima, Perú. DOI: <https://doi.org/10.19083/tesis/625727>
- Chilcón, M. (2018). *Habilidades sociales y el rendimiento académico de los alumnos del tercer y quinto ciclo de la carrera de Contabilidad del Instituto Superior Tecnológico Luis Negreiros Vega del Distrito de San Martín de Porres, 2017*. Tesis de Maestría. Universidad César Vallejo. Perú. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/16068>
- Cheng, C. y Li, A. (2014). Internet Addiction Prevalence and Quality of (Real) Life: A Meta-Analysis of 31 Nations Across Seven World Regions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 755–760. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0317>

- Damas, E. (2016). Adicción a las redes sociales por internet y habilidades sociales en adolescentes . Tesis de Licenciatura. Trujillo.
- Davis, R. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use.
- De la Ossa, V. (2022) Habilidades blandas y ciencia. Rev Colombiana Cienc Anim. Recia. 2022; 14(1):e945. <https://doi.org/10.24188/recia.v14.n1.2022.945>
- Delgado, A. & Ecurra, L. (2016). Las habilidades sociales y el uso de redes sociales virtuales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810004>
- Díaz, V. (2017). Relacion entre habilidades sociales y dependencia a las redes sociales . Chiclayo
- Domínguez, J., & Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. Propósitos y Representaciones, 4(2), 181 - 230. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto Adicciones, vol. 22, núm. 2, 2010, pp. 91-95. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
- Echeburúa, E (2019). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. Revista española de drogodependencias volumen 37 (4) 435-447. [https://www.aesed.com/descargas/revistas/v37n4\\_5.pdf](https://www.aesed.com/descargas/revistas/v37n4_5.pdf).
- García, J. (2019). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83928046001>
- Gismero E. (2010). Escala de Habilidades Sociales. Tercera ed. [Madrid]: TEA Ediciones.
- Goldstein, A. Lista de Chequeo de Habilidades Sociales (LCHS). Madrid: Projective Way; 1980.

- Gómez, M. (2019). Las habilidades blandas competencias para el nuevo milenio. DIVULGARE Boletín Científico De La Escuela Superior De Actopan, 6(11). <https://doi.org/10.29057/esa.v6i11.3760>
- Gutiérrez, L., Márquez, V., Gutiérrez, V., Granados, G. y Aguilera, G. (2020). Interpersonal communication, empathy, and stress perceived by nursing students who use social networks. *Journal of Advanced Nursing*, 76(10), 2610-2617. <https://doi.org/10.1111/jan.14494>
- Grandez, C. (2017). Habilidades sociales y rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, Universidad Nacional “Toribio Rodríguez de Mendoza”, Chachapoyas, Amazonas – 2016. Tesis de Grado. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Chachapoyas, Perú. <http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/1247>
- Griffiths, M. (2005). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 3, 211- 218. Johansson, A. y Götestam, K.G. (2004). Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years). *Scandinavian Journal of Psychology*, 45, 223-229
- Hernández R. (2016). Metodología de la Investigación, Editorial McGraw- Hill, Interamericana Editores S.A. de C.V. Sexta edición. <https://markainvestigacion.wordpress.com/2019/01/14/libro-desampieri-sobre-metodologia-de-investigacion-6ta-edicion/>
- Hernández, R; Fernández, C; Baptista, M:P. (2017). Metodología de la investigación. Colombia. 6ta Ed. McGraw\_hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Hernández, C., & Moral, V. (2024). Uso de las redes sociales virtuales y su relación con la percepción de soledad y las habilidades sociales en jóvenes adultos españoles de la generación Z y la generación Y. *Acta Colombiana de Psicología*, 27(1), 229-245. <https://doi.org/10.14718/ACP.2024.27.1.13>

- Karacic, S., & Oreskovic, S. (2017). Internet Addiction Through the Phase of Adolescence: A Questionnaire Study. *JMIR Mental Health*, 4(2), e11. <https://doi.org/10.2196/mental.5537>
- Klimenko, O., Cataño Restrepo, Y. A., Otálvaro, I. & Úsuga Echeverri, S. J. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente* 24(46), 1-33. <https://doi.org/10.17081/psico>
- Labrague, L. (2014). Facebook use and adolescents' emotional states of depression, anxiety, and stress. *Health Science Journals*, 8, 80–89. <http://hdl.handle.net/11400/1481>
- López, G. (2021) Desarrollando las habilidades sociales desde la escuela como impulso de una cultura de paz. *Journal de Ciencias Sociales*. 2021. (2):60-73. <http://dx.doi.org/10.18682/jcs.v0i2.255>
- Llamas; F, Pagado, I. (2014). Estudio Sobre Las Redes Sociales Y Su Implicación En La Adolescencia. España. Ediciones Universidad de Salamanca Enseñanza & Teaching, pp. 43-57.
- Ministerio de Educación. Sistema Especializado en reporte de casos sobre Violencia Escolar - SíseVe. Informe 2013- 2018. Lima: MINEDU; 2019. Recuperado de <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/MINEDU/6670>
- Mejía, G., Paz, J. & Quinteros, D. Adicción a Facebook y habilidades sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*. 2018. 7(1):7-15. <https://doi.org/10.17162/rccs.v7i1.985>
- Molinari, L. (2017). Las habilidades socioemocionales en docentes en un colegio privado de la ciudad de Quito. [Tesis de Titulación]. UDLA. Quito, Ecuador. <http://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/8154/4/UDLA-EC-TLEP-2017-12.pdf>

- Ortiz, E., Hincapié, D. & Paredes, D. (2020). Educar para la vida: el desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes. Banco Interamericano de Desarrollo. <https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Educar-para-la-vida-El-desarrollo-de-las-habilidades-socioemocionales-y-el-rol-de-los-docentes.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (1992). CIE-10. Trastornos Mentales y del Comportamiento. Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades. Descripciones Clínicas y pautas para el diagnóstico. Organización Mundial de la Salud.
- Panca, O. (2022). Las redes sociales y su incidencia en las habilidades blandas en los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa Manuel Scorza Torres, Arequipa 2020. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d6fa62e7-64bc-48c0-afd1-8e48dad7314f/content>
- Peña, G., Ley, S., Castro, J., Madrid, P., Apodaca, F., & Aceves, E. (2019). Predominio de las TIC y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios del área de salud. Revista de Investigación en Tecnologías de la Información, 7(13), 83-91. <https://www.riti.es/ojs2018/inicio/index.php/riti/article/view/157>
- Poma, D. (2021). Relación de habilidades blandas y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Tecnológica del Perú – Arequipa. <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/16154>
- Romo, D. (2018). Adicción a internet y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de la institución educativa Internacional Elim de Villa El Salvador - 2017. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14122/Romo\\_SDS.pdf?sequence=](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14122/Romo_SDS.pdf?sequence=)

- Rębisz, S., & Sikora, I. (2016). Internet Addiction in Adolescents. *Practice and Theory in Systems of Education*, 11(3), 194-204. <https://doi.org/10.1515/ptse-2016-0019>
- León, A., Tobar, P., Hodeg, O., & Aguilar, M. (2022). Empatía, redes sociales e indicadores de salud mental durante las crisis sociales en Colombia. *Universitas Psychologica*, 21, 1-XX. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy21.ersi>
- Salas, E., & Ecurra, M. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Sanchez, E. (2021). Internet addiction, resilience and school performance in adolescents of Pucallpa. *Rev Psicol Hered.* 2021; 14(1): 1-11 DOI: <https://doi.org/10.20453/rph.v14i1.4028>
- Sánchez, R., & Ñañez, M. V. (2022). Percepción del trabajo en equipo y de las habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Puriq*, 4, e265. <https://doi.org/10.37073/puriq.4.265>
- Trianes, M. Educación y competencia social: un programa en el aula. Archidona: Aljibe; 1996.
- Valencia-Ortiz, R., Cabero-Almenara, J. y Garay Ruiz, U. (2021). Adicción a las redes sociales en estudiantes mexicanos: percepciones de discentes y docentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 19, 103-122. <https://doi.org/10.51302/tce.2021.616>
- Wenger, N. (2001). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, vol. XII, núm. 23, pp. 159-182. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- World, P. (2019). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, S. A.

- Yu, L. y Luo, T. (2021) Adicción a las redes sociales entre estudiantes de la universidad de Hong y Kong; sus consecuencias para la salud y relaciones con los comportamientos de los padres. *Revista Fronteras en psicología*, 8(555990) 1- 11. [https:// doi.org/10.3389/fpubh.2020.555990](https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.555990)
- Young, K. (1998). Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery.
- Zapata, V. (2020). Desarrollo de habilidades blandas en estudiantes de educación primaria. Trabajo Académico. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/2359>
- Zhou, Li, Wang, Chen y Wong (2020) Uso compensatorio del sitio de redes sociales, apoyo familiar y depresión entre estudiantes universitarios de primer año: estudio de panel de tres oleadas. *Revista JMIR Publicaciones*, 22(9), 1438-187. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7495252/?report=printable>

**ANEXOS:**

Anexo 1: Tabla de operacionalización de Habilidades Blandas

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Habilidades blandas	Es la capacidad para reconocer y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones y que son susceptibles de aprenderse y perfeccionarse a lo largo de la vida (Gismero, 2010).	Se evaluó por medio del cuestionario de habilidades blandas, donde proponen que si la puntuación es: 17 a 28 se ubica en un nivel "bajo", 29 – 40 nivel "promedio" y 41 - 51 nivel "alto".	Resiliencia	Visión positiva de sí mismo	Ordinal
				Habilidad para solucionar problemas	
			Empatía	Empatía cognitiva	
				Empatía afectiva	
			Comunicación asertiva	Control intrapersonal	
				Control interpersonal	

Variable 2.- Tabla de operacionalización de Adicción a redes sociales

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Adicción a redes sociales	Se considera así a la dependencia psicológica caracterizada por un aumento en las acciones realizadas por este medio, produciendo malestar cuando la persona no está en línea, tolerancia y negación de su problemática (Escrura y Salas, 2014).	Se evaluó utilizando el Cuestionario de adicción a redes sociales donde proponen que si la puntuación es: 21 – 35 se ubica en un nivel "bajo", 36 – 49 nivel "promedio" y 50-63 nivel "alto".	Obsesión por las redes sociales.	Tiempo en redes sociales.	Ordinal
				Ansiedad.	
				Mal humor o alivio.	
			Falta de control personal en el uso de las redes sociales.	Control de actividad.	
				Control de hábitos.	
			Uso excesivo de las redes sociales.	Descuido a familiares y amigos.	
				Intensidad y frecuencia de uso.	
				Llamadas de atención.	

### FICHA TÉCNICA DE HABILIDADES BLANDAS

#### I. DATOS GENERALES

- 1.1. TÍTULO ORIGINAL DEL PRUEBA : Habilidades blandas  
1.2. AUTOR (ES) : Adaptado a Monzón  
1.3. AÑO DE PUBLICACIÓN : 2019  
1.4. PROCEDENCIA : Perú

#### II. ADMINISTRACION

- 2.1. TIEMPO DE APLICACIÓN : 15 min  
2.2. FORMA DE APLICACIÓN : Colectiva e individual  
2.3. ASPECTOS QUE EVALUA : Resiliencia, empatía, comunicación asertiva.

#### III. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

**Validez:** Alfa de Cronbach ,920

Compuesto por 17 ítems fue validado también por 3 jueces expertos con grado de magister.

**Fiabilidad:** La confiabilidad se determinó con un alfa de Cronbach = ,920 considerando una confiabilidad muy alta.

#### IV. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

La prueba está constituida por 17 ítems que corresponden a 3 dimensiones que puntúan de la siguiente manera:

Para la dimensión resiliencia:

Nivel	Puntaje
Alto	15 - 18
Promedio	11 - 14
Bajo	6 - 10

Para la dimensión empatía:

Nivel	Puntaje
Alto	13 - 15
Promedio	9 - 12
Bajo	5 - 8

Para la dimensión comunicación asertiva:

Nivel	Puntaje
Alto	15 - 18
Promedio	11 - 14
Bajo	6 - 10

Para habilidades blandas de forma general:

Nivel	Puntaje
Alto	41 - 51
Promedio	29 - 40
Bajo	17 - 28

## PROTOCOLO DE LA PRUEBA

ÍTEMS	Opción De Respuesta		
	Siempre	Casi siempre	Nunca
1. Me siento orgulloso(a) de haber logrado metas en mi vida.			
2. Me gusta estar alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.			
3. Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.			
4. Me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.			
5. Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad.			
6. me incomoda cuando los demás quieren tomar decisiones por mí.			
7. Demuestro empatía ante los errores de mis compañeros.			
8. Soy tolerante con las ideas discrepantes de los demás.			
9. Estoy dispuesto (a) a trabajar en equipo, aunque no siempre tengamos las mismas ideas.			
10. Me muestro solidario ante las necesidades mis compañeros			
11. Soy capaz de interpretar la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.			
12. Expreso mis emociones con respeto para no afectar a nadie.			
13. Defiendo mis intereses propios, pero también considero los de la otra persona			
14. Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.			
15. Escucho asertivamente para poder entender el mensaje de la otra persona.			
16. Muestro flexibilidad para llegar a un punto en común en la negociación.			
17. Muestro serenidad en el tono de voz cuando converso con los demás.			

## FICHA TÉCNICA DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES

### I. DATOS GENERALES

- 1.1. TÍTULO ORIGINAL DEL PRUEBA : Adicción a redes sociales  
1.2. AUTOR (ES) : Adaptado a Salas y Ecurra  
1.3. AÑO DE PUBLICACIÓN : 2014  
1.4. PROCEDENCIA : Perú

### 2. ADMINISTRACION

- 2.1. TIEMPO DE APLICACIÓN : 15 min  
2.2. FORMA DE APLICACIÓN : Colectiva e individual  
2.3. ASPECTOS QUE EVALUA : Obsesión, falta de control y uso excesivo de redes sociales.

### 3. VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

**Validez:** Alfa de Cronbach ,710

Los instrumentos seleccionados son los cuestionarios de adicción a redes sociales estructurado por 21 ítems con unas opciones de respuestas que van desde nunca, casi siempre y siempre. La validez de contenido fue verificada por 3 jueces expertos con grado de magister, quienes evaluaron la relación de la variable con las dimensiones, indicadores e ítems.

**Fiabilidad:** La confiabilidad se determinó con un alfa de Cronbach = ,710 considerando una confiabilidad alta.

### 4. DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA

La prueba está constituida por 21 ítems que corresponden a 3 dimensiones que puntúan de la siguiente manera:

Para la dimensión obsesión a redes sociales:

Nivel	Puntaje
Alto	22 - 27
Promedio	16 - 21
Bajo	9 - 15

Para la dimensión falta de control personal:

Nivel	Puntaje
Alto	12 - 15
Promedio	9 - 11
Bajo	5 - 8

Para la dimensión uso excesivo:

Nivel	Puntaje
Alto	17 - 21
Promedio	12 - 16
Bajo	7 - 11

Para adición a redes sociales de forma general:

Nivel	Puntaje
Alto	50 - 63
Promedio	36 - 49
Bajo	21 - 35

## PROTOCOLO DE LA PRUEBA

ÍTEMS	Opción De Respuesta		
	Siempre	Casi siempre	Nunca
1. El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, pues necesito más.			
2. Es difícil desconectarme de las redes sociales por varios días.			
3. Descuido a mis amigos y/o familiares por estar conectado a las redes sociales.			
4. En mi entorno familiar me han llamado la atención por el tiempo dedicado a las redes sociales.			
5. No sé qué hacer cuando me desconecto de las redes sociales.			
6. Cuando estoy en clase me siento nervioso porque no puedo conectarme a las redes sociales.			
7. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que puede estar sucediendo en las redes sociales.			
8. Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.			
9. Al culminar mi jornada escolar siento satisfacción por volver a conectarme a las redes sociales.			
10. Pienso y siento que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.			
11. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.			
12. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.			
13. Me propongo, sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado en las redes sociales.			
14. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con que accedo a la red social.			
15. Cuando ingreso a las redes sociales pierdo la noción del tiempo.			
16. Prefiero el espacio de las redes sociales a una reunión familiar.			
17. Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.			
18. Entrar y usar las redes sociales me hace sentir bien.			
19. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.			
20. Estoy atento (a) a las alertas que me de las envían desde las redes sociales.			
21. A pesar de las prohibiciones, algunas veces llevo el celular a la escuela para conectarme a las redes sociales.			

## **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**Título de la investigación:** Habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.

**Investigadora:** Marilyn Kassandra Guerrero Mogollón.

### **Propósito del estudio:**

Le invitamos a participar de la investigación titulada: “Habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024”. Cuyo objetivo es: Determinar la relación entre habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024. Esta investigación es desarrollada por la estudiante de pos grado, del programa de Psicología educativa de la Universidad Cesar Vallejo del campus Piura, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad.

Esta investigación busca aportar a los propósitos institucionales que fomenta que los estudiantes mejoren los logros de aprendizaje, ya que, se ha encontrado un déficit considerable en las capacidades de las variables que se están tomando en cuenta Esta investigación mostró un impacto en las propuestas que mejorarán el desarrollo de habilidades blandas y a su vez minimizarán el índice de adicción a redes sociales, conocer el escenario existente en la IE permitirá a la comunidad educativa poner en práctica una formación variada e innovadora que responda a las necesidades presentes.

### **Procedimiento:**

1. Se realizará una encuesta donde se realizarán algunas preguntas para el desarrollo de la investigación: Habilidades blandas y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tumbes, 2024.
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará en las aulas de la institución educativa.
3. Las respuestas serán codificadas usando un número de identificación y por tanto, serán anónimas.

Anexo 4: Matriz de evaluación por juicio de expertos.

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Adicción a Redes Sociales – Salas y Escurra**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Carla Castro Castillo
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( x )                      Social ( ) Educativa ( )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Institución Educativa “San Pedro”
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Adicción a Redes Sociales
<b>Autora:</b>	Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Conformada por la dimensión obsesión por las redes sociales, cuyos indicadores son: Tiempo en redes sociales, alivio, malhumor o ansiedad. Falta del control personal, que abarca como indicadores a control de hábitos y control de actividad. Y para uso excesivo de las redes: indolencia a amigos y familiares, frecuencia e ímpetu de uso y llamada de atención. Estructurado por 22 ítems con opciones de respuestas que van desde nunca, casi siempre y siempre. Y busca conocer el nivel de adicción a redes sociales.

#### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes Falta del control personal Uso excesivo de las redes

#### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Adicción a Redes Sociales elaborado por Salas y Ecurra en el año 2014. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Obsesión por las redes

- Objetivos de la Dimensión: El compromiso cognitivo con las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	3	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, pues necesito más.	4	4	3	
	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales.	4	4	3	
	En mi entorno me han llamado la atención por el tiempo dedicado a las redes sociales.	4	4	3	
Ansiedad	No sé qué hacer cuando quedo desconectado de las redes sociales.	4	4	4	
	Me siento nervioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que puede estar sucediendo en las redes sociales.	4	4	4	
Mal humor o alivio	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	3	
	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Falta del control personal

- Objetivos de la Dimensión: La preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control de	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los				

actividad.	estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Control de hábitos	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intento de las redes sociales.	4	3	4	
	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	

• Tercera dimensión: Uso excesivo de las redes sociales

• Objetivos de la Dimensión: Explica el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/Recomendaciones
Descuido a familiares y amigos.	Cuando ingreso a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	3	
	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia de uso	Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	3	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
Llamada de atención	Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales desde cualquier móvil.	4	4	4	
	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	



**Mg. Carla Castro Castillo**

**DNI. N.º 45381834**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Adicción a Redes Sociales – Salas y Ecurra**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	José Orlando Chapa Martínez
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Institución Educativa “Alberto Pallete”
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Adicción a Redes Sociales
<b>Autora:</b>	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Conformada por la dimensión obsesión por las redes sociales, cuyos indicadores son: Tiempo en redes sociales, alivio, malhumor o ansiedad. Falta del control personal, que abarca como indicadores a control de hábitos y control de actividad. Y para uso excesivo de las redes: indolencia a amigos y familiares, frecuencia e ímpetu de uso y llamada de atención. Estructurado por 22 ítems con opciones de respuestas que van desde nunca, casi siempre y siempre. Y busca conocer el nivel de adicción a redes sociales.

#### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes Falta del control personal Uso excesivo de las redes

#### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Adicción a Redes Sociales elaborado por Salas y Ecurra en el año 2014. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Obsesión por las redes
- Objetivos de la Dimensión: El compromiso cognitivo con las redes sociales.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, pues necesito más.	4	4	3	
	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales.	4	3	4	
	En mi entorno me han llamado la atención por el tiempo dedicado a las redes sociales.	4	4	4	
Ansiedad	No sé qué hacer cuando quedo desconectado de las redes sociales.	4	3	4	
	Me siento nervioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que puede estar sucediendo en las redes sociales.	4	4	4	
Mal humor o alivio	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	3	
	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Falta del control personal
- Objetivos de la Dimensión: La preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes	4	4	4	

Control de actividad.	sociales.				
	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	3	4	
Control de hábitos	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intento de las redes sociales.	4	4	4	
	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	

• Tercera dimensión: Uso excesivo de las redes sociales

• Objetivos de la Dimensión: Explica el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Descuido a familiares y amigos.	Cuando ingreso a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	3	
	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia de uso	Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.	4	3	4	
	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
Llamada de atención	Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales desde cualquier móvil.	4	4	4	
	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	



**M. Sc. José Orlando Chapa Martínez**

**N.º 1809 M**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Adicción a Redes Sociales – Salas y Escurra**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Gino Martin Benites Navarro
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Unidad de Gestión Educativa Local - Zorritos
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Adicción a Redes Sociales
<b>Autora:</b>	Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Conformada por la dimensión obsesión por las redes sociales, cuyos indicadores son: Tiempo en redes sociales, alivio, malhumor o ansiedad. Falta del control personal, que abarca como indicadores a control de hábitos y control de actividad. Y para uso excesivo de las redes: indolencia a amigos y familiares, frecuencia e ímpetu de uso y llamada de atención. Estructurado por 22 ítems con opciones de respuestas que van desde nunca, casi siempre y siempre. Y busca conocer el nivel de adicción a redes sociales.

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes Falta del control personal Uso excesivo de las redes

## 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Adicción a Redes Sociales elaborado por Salas y Ecurra en el año 2014. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Obsesión por las redes

- Objetivos de la Dimensión: El compromiso cognitivo con las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, pues necesito más.	4	4	4	
	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	En mi entorno me han llamado la atención por el tiempo dedicado a las redes sociales.	4	4	4	
Ansiedad	No sé qué hacer cuando quedo desconectado de las redes sociales.	4	4	4	
	Me siento nervioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	3	4	
	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que puede estar sucediendo en las redes sociales.	4	4	4	
Mal humor o alivio	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Falta del control personal

- Objetivos de la Dimensión: La preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control de	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los				

actividad.	estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Control de hábitos	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intento de las redes sociales.	4	4	4	
	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	

- Tercera dimensión: Uso excesivo de las redes sociales
- Objetivos de la Dimensión: Explica el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Descuido a familiares y amigos.	Cuando ingreso a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	
	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia de uso	Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
Llamada de atención	Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales desde cualquier móvil.	4	3	4	
	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	



**M. Ps. Gino Martin Benites Navarro**

**C. Ps. P. N° 21156**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Adicción a Redes Sociales – Salas y Escurra**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Gloria Elizabeth Imán Timoteo
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Unidad de Gestión Educativa Local - Tumbes
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Adicción a Redes Sociales
<b>Autora:</b>	Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Conformada por la dimensión obsesión por las redes sociales, cuyos indicadores son: Tiempo en redes sociales, alivio, malhumor o ansiedad. Falta del control personal, que abarca como indicadores a control de hábitos y control de actividad. Y para uso excesivo de las redes: indolencia a amigos y familiares, frecuencia e ímpetu de uso y llamada de atención. Estructurado por 22 ítems con opciones de respuestas que van desde nunca, casi siempre y siempre. Y busca conocer el nivel de adicción a redes sociales.

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes Falta del control personal Uso excesivo de las redes

### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Adicción a Redes Sociales elaborado por Salas y Ecurra en el año 2014. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Obsesión por las redes

- Objetivos de la Dimensión: El compromiso cognitivo con las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, pues necesito más.	4	4	4	
	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	En mi entorno me han llamado la atención por el tiempo dedicado a las redes sociales.	4	4	4	
Ansiedad	No sé qué hacer cuando quedo desconectado de las redes sociales.	4	4	4	
	Me siento nervioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que puede estar sucediendo en las redes sociales.	4	4	4	
Mal humor o alivio	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Falta del control personal

- Objetivos de la Dimensión: La preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control de	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los				

actividad.	estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Control de hábitos	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intento de las redes sociales.	4	4	4	
	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	

• Tercera dimensión: Uso excesivo de las redes sociales

• Objetivos de la Dimensión: Explica el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Descuido a familiares y amigos.	Cuando ingreso a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	
	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia de uso	Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
Llamada de atención	Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales desde cualquier móvil.	4	4	4	
	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	

  
**Mg. Gloria Elizabeth Imán Timoteo**

**C. Ps. P. N<sup>o</sup> 33058**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Adicción a Redes Sociales – Salas y Ecurra**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Rita Elena Castillo Miranda
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Institución Educativa “Alberto Pallete”
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Adicción a Redes Sociales
<b>Autora:</b>	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Conformada por la dimensión obsesión por las redes sociales, cuyos indicadores son: Tiempo en redes sociales, alivio, malhumor o ansiedad. Falta del control personal, que abarca como indicadores a control de hábitos y control de actividad. Y para uso excesivo de las redes: indolencia a amigos y familiares, frecuencia e ímpetu de uso y llamada de atención. Estructurado por 22 ítems con opciones de respuestas que van desde nunca, casi siempre y siempre. Y busca conocer el nivel de adicción a redes sociales.

#### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes Falta del control personal Uso excesivo de las redes

#### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Adicción a Redes Sociales elaborado por Salas y Ecurra en el año 2014. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Obsesión por las redes

- Objetivos de la Dimensión: El compromiso cognitivo con las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, pues necesito más.	4	4	4	
	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	En mi entorno me han llamado la atención por el tiempo dedicado a las redes sociales.	3	4	4	
Ansiedad	No sé qué hacer cuando quedo desconectado de las redes sociales.	4	4	4	
	Me siento nervioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que puede estar sucediendo en las redes sociales.	4	4	4	
Mal humor o alivio	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Falta del control personal

- Objetivos de la Dimensión: La preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control de	Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Descuido las tareas y los				

actividad.	estudios por estar conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Control de hábitos	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intento de las redes sociales.	4	4	4	
	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	3	4	

- Tercera dimensión: Uso excesivo de las redes sociales
- Objetivos de la Dimensión: Explica el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales.

Indicadores	Ítems	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Descuido a familiares y amigos.	Cuando ingreso a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	
	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia de uso	Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.	4	4	4	
	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
Llamada de atención	Estoy atento (a) a las alertas que me envían desde las redes sociales desde cualquier móvil.	4	4	4	
	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	



**Mg. Rita Elena Castillo Miranda**

**DNI. N° 03895379**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Habilidades Blandas**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Carla Castro Castillo
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( x )                      Social ( ) Educativa ( )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Institución Educativa “San Pedro”
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Habilidades Blandas
<b>Autora:</b>	Elena Guismero Gonzales
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Está conformada por la dimensión resiliencia, constituida por los indicadores visión positiva de sí mismo y habilidad para solucionar problemas. La dimensión empatía; que presenta como indicadores empatía cognitiva y empatía afectiva. Y comunicación asertiva, conformada por control intrapersonal e interpersonal. Estará compuesto por 17 ítems. Busca conocer el nivel de habilidades blandas

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
--------------	-----------

Habilidades Blandas	Resiliencia Empatía Comunicación asertiva
---------------------	---

## 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Habilidades Blandas elaborado por Elena Gismero en el año 2010. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Resiliencia

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel para sobreponerse a las situaciones complicadas.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Visión positiva de sí mismo	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.	4	4	4	
	Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	4	4	4	
	Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	4	4	4	
Habilidad para solucionar problemas	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	4	4	4	
	Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad	4	4	4	
	Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Empatía

- Objetivos de la Dimensión: Nivel de comprender las emociones y sentimientos de los demás.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía cognitiva	Demuestro comprensión ante los errores de mis compañeros.	4	4	4	
	Soy tolerante con las ideas discrepantes de los demás.	4	4	4	
	Estoy dispuesto (a) a trabajar con los demás aunque no siempre tengamos las mismas ideas.	4	4	4	
Empatía afectiva	Me muestro comprensivo hacia las necesidades mis compañeros	4	4	4	
	Me muestro solidario ante mis compañeros.	4	4	4	
	Soy capaz de interpretar la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.	4	4	4	

- Tercera dimensión: Comunicación asertiva

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel en la habilidad que nos permite decir de forma verbal y no verbal lo que percibimos en cualquier situación que experimentamos.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control intrapersonal	Expreso mis emociones de tal manera que no afecto a nadie.	4	4	4	
	Defiendo mis intereses propios, pero también tomo en cuenta la de la otra persona	4	4	4	
	Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.	4	4	4	
Control interpersonal	Escucho activamente para poder entender el mensaje de la otra persona	4	4	4	
	Muestro flexibilidad para llegar a un punto en común en la negociación.	4	4	4	
	Muestro serenidad en el tono de voz cuando converso con los demás.	4	4	4	



**Mg. Carla Castro Castillo**

**DNI. N.º 45381834**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Habilidades Blandas**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	José Orlando Chapa Martínez
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Institución Educativa “Alberto Pallete”
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Habilidades Blandas
<b>Autora:</b>	Elena Guismero Gonzales
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Está conformada por la dimensión resiliencia, constituida por los indicadores visión positiva de sí mismo y habilidad para solucionar problemas. La dimensión empatía; que presenta como indicadores empatía cognitiva y empatía afectiva. Y comunicación asertiva, conformada por control intrapersonal e interpersonal. Estará compuesto por 17 ítems. Busca conocer el nivel de habilidades blandas

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
--------------	-----------

Habilidades Blandas	Resiliencia Empatía Comunicación asertiva
---------------------	---

## 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Habilidades Blandas elaborado por Elena Gismero en el año 2010. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Resiliencia

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel para sobreponerse a las situaciones complicadas.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Visión positiva de sí mismo	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.	4	4	4	
	Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	4	4	4	
	Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	4	4	4	
Habilidad para solucionar problemas	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	4	4	4	
	Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad	4	4	4	
	Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Empatía

- Objetivos de la Dimensión: Nivel de comprender las emociones y sentimientos de los demás.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía cognitiva	Demuestro comprensión ante los errores de mis compañeros.	4	4	4	
	Soy tolerante con las ideas discrepantes de los demás.	4	4	4	
	Estoy dispuesto (a) a trabajar con los demás aunque no siempre tengamos las mismas ideas.	4	4	4	
Empatía afectiva	Me muestro comprensivo hacia las necesidades mis compañeros	4	4	4	
	Me muestro solidario ante mis compañeros.	4	4	4	
	Soy capaz de interpretar la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.	4	4	4	

- Tercera dimensión: Comunicación asertiva

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel en la habilidad que nos permite decir de forma verbal y no verbal lo que percibimos en cualquier situación que experimentamos.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control intrapersonal	Expreso mis emociones de tal manera que no afecto a nadie.	4	4	4	
	Defiendo mis intereses propios, pero también tomo en cuenta la de la otra persona	4	4	4	
	Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.	4	4	4	
Control interpersonal	Escucho activamente para poder entender el mensaje de la otra persona	4	4	4	
	Muestro flexibilidad para llegar a un punto en común en la negociación.	4	4	4	
	Muestro serenidad en el tono de voz cuando converso con los demás.	4	4	4	



**M. Sc. José Orlando Chapa Martínez**

**N.º 1809 M**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Habilidades Blandas**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Gino Martin Benites Navarro
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Unidad de Gestión Educativa Local - Zorritos
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Habilidades Blandas
<b>Autora:</b>	Elena Guismero Gonzales
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Está conformada por la dimensión resiliencia, constituida por los indicadores visión positiva de sí mismo y habilidad para solucionar problemas. La dimensión empatía; que presenta como indicadores empatía cognitiva y empatía afectiva. Y comunicación asertiva, conformada por control intrapersonal e interpersonal. Estará compuesto por 17 ítems. Busca conocer el nivel de habilidades blandas

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
--------------	-----------

Habilidades Blandas	Resiliencia Empatía Comunicación asertiva
---------------------	---

## 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Habilidades Blandas elaborado por Elena Gismero en el año 2010. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Resiliencia

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel para sobreponerse a las situaciones complicadas.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Visión positiva de sí mismo	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.	4	4	4	
	Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	4	4	4	
	Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	4	4	4	
Habilidad para solucionar problemas	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	4	4	4	
	Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad	4	4	4	
	Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Empatía

- Objetivos de la Dimensión: Nivel de comprender las emociones y sentimientos de los demás.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía cognitiva	Demuestro comprensión ante los errores de mis compañeros.	4	4	4	
	Soy tolerante con las ideas discrepantes de los demás.	4	4	4	
	Estoy dispuesto (a) a trabajar con los demás aunque no siempre tengamos las mismas ideas.	4	4	4	
Empatía afectiva	Me muestro comprensivo hacia las necesidades mis compañeros	4	4	4	
	Me muestro solidario ante mis compañeros.	4	4	4	
	Soy capaz de interpretar la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.	4	4	4	

- Tercera dimensión: Comunicación asertiva

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel en la habilidad que nos permite decir de forma verbal y no verbal lo que percibimos en cualquier situación que experimentamos.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control intrapersonal	Expreso mis emociones de tal manera que no afecto a nadie.	4	4	4	
	Defiendo mis intereses propios, pero también tomo en cuenta la de la otra persona	4	4	4	
	Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.	4	4	4	
Control interpersonal	Escucho activamente para poder entender el mensaje de la otra persona	4	4	4	
	Muestro flexibilidad para llegar a un punto en común en la negociación.	4	4	4	
	Muestro serenidad en el tono de voz cuando converso con los demás.	4	4	4	



**M. Ps. Gino Martin Benites Navarro**

**C. Ps. P. N° 21156**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Habilidades Blandas**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Gloria Elizabeth Imán Timoteo
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Unidad de Gestión Educativa Local - Tumbes
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Habilidades Blandas
<b>Autora:</b>	Elena Guismero Gonzales
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Está conformada por la dimensión resiliencia, constituida por los indicadores visión positiva de sí mismo y habilidad para solucionar problemas. La dimensión empatía; que presenta como indicadores empatía cognitiva y empatía afectiva. Y comunicación asertiva, conformada por control intrapersonal e interpersonal. Estará compuesto por 17 ítems. Busca conocer el nivel de habilidades blandas

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
--------------	-----------

Habilidades Blandas	Resiliencia Empatía Comunicación asertiva
---------------------	---

## 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Habilidades Blandas elaborado por Elena Gismero en el año 2010. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Resiliencia

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel para sobreponerse a las situaciones complicadas.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Visión positiva de sí mismo	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.	4	4	4	
	Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	4	4	4	
	Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	4	4	4	
Habilidad para solucionar problemas	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	4	4	4	
	Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad	4	4	4	
	Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Empatía

- Objetivos de la Dimensión: Nivel de comprender las emociones y sentimientos de los demás.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía cognitiva	Demuestro comprensión ante los errores de mis compañeros.	4	4	4	
	Soy tolerante con las ideas discrepantes de los demás.	4	4	4	
	Estoy dispuesto (a) a trabajar con los demás aunque no siempre tengamos las mismas ideas.	4	4	4	
Empatía afectiva	Me muestro comprensivo hacia las necesidades mis compañeros	4	4	4	
	Me muestro solidario ante mis compañeros.	4	4	4	
	Soy capaz de interpretar la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.	4	4	4	

- Tercera dimensión: Comunicación asertiva

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel en la habilidad que nos permite decir de forma verbal y no verbal lo que percibimos en cualquier situación que experimentamos.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control intrapersonal	Expreso mis emociones de tal manera que no afecto a nadie.	4	4	4	
	Defiendo mis intereses propios, pero también tomo en cuenta la de la otra persona	4	4	4	
	Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.	4	4	4	
Control interpersonal	Escucho activamente para poder entender el mensaje de la otra persona	4	4	4	
	Muestro flexibilidad para llegar a un punto en común en la negociación.	4	4	4	
	Muestro serenidad en el tono de voz cuando converso con los demás.	4	4	4	



**Mg. Gloria Elizabeth Imán Timoteo**

**C. Ps. P. N<sup>a</sup> 33058**

## Evaluación por Juicio de Expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Habilidades Blandas**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del Juez:</b>	Rita Elena Castillo Miranda
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( x )                      Doctor ( )
<b>Áreas de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( x )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa
<b>Institución donde labora:</b>	Institución Educativa “Alberto Pallete”
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años ( x )
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (Si corresponde)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala:

<b>Nombre de la prueba:</b>	Habilidades Blandas
<b>Autora:</b>	Elena Guismero Gonzales
<b>Procedencia:</b>	Perù
<b>Administración:</b>	Individual o Grupal
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Educativo
<b>Significación:</b>	Está conformada por la dimensión resiliencia, constituida por los indicadores visión positiva de sí mismo y habilidad para solucionar problemas. La dimensión empatía; que presenta como indicadores empatía cognitiva y empatía afectiva. Y comunicación asertiva, conformada por control intrapersonal e interpersonal. Estará compuesto por 17 ítems. Busca conocer el nivel de habilidades blandas

### 4. Soporte teórico:

Escala/ ÁREA	Subescala
--------------	-----------

Habilidades Blandas	Resiliencia Empatía Comunicación asertiva
---------------------	---

## 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación a usted le presento el cuestionario Habilidades Blandas elaborado por Elena Gismero en el año 2010. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Obsesión por las redes, falta del control personal y uso excesivo de las redes.

- Primera dimensión: Resiliencia

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel para sobreponerse a las situaciones complicadas.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Visión positiva de sí mismo	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.	4	4	4	
	Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	4	4	4	
	Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	4	4	4	
Habilidad para solucionar problemas	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	4	4	4	
	Ante situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad	4	4	4	
	Me gusta que los demás tomen las decisiones por mí.	4	4	4	

- Segunda dimensión: Empatía

- Objetivos de la Dimensión: Nivel de comprender las emociones y sentimientos de los demás.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatía cognitiva	Demuestro comprensión ante los errores de mis compañeros.	4	4	4	
	Soy tolerante con las ideas discrepantes de los demás.	4	4	4	
	Estoy dispuesto (a) a trabajar con los demás aunque no siempre tengamos las mismas ideas.	4	4	4	
Empatía afectiva	Me muestro comprensivo hacia las necesidades mis compañeros	4	4	4	
	Me muestro solidario ante mis compañeros.	4	4	4	
	Soy capaz de interpretar la comunicación no verbal (gestos, posturas, etc.) para reconocer las emociones de los demás.	4	4	4	

- Tercera dimensión: Comunicación asertiva

- Objetivos de la Dimensión: Conocer el nivel en la habilidad que nos permite decir de forma verbal y no verbal lo que percibimos en cualquier situación que experimentamos.

Indicadores	Items	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Control intrapersonal	Expreso mis emociones de tal manera que no afecto a nadie.	4	4	4	
	Defiendo mis intereses propios, pero también tomo en cuenta la de la otra persona	4	4	4	
	Cuando alguien me pide que haga algo que no quiero, digo no sin sentirme culpable.	4	4	4	
Control interpersonal	Escucho activamente para poder entender el mensaje de la otra persona	4	4	4	
	Muestro flexibilidad para llegar a un punto en común en la negociación.	4	4	4	
	Muestro serenidad en el tono de voz cuando converso con los demás.	4	4	4	

**Mg. Rita Elena Castillo Miranda**

**DNI. N° 03895379**

## Anexo 5: Prueba de confiabilidad

### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	14	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	14	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,710	21

**Nivel de confiabilidad: Moderada**

Confiabilidad de Habilidades Blandas

### Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	14	100,0
	Excluido <sup>a</sup>	0	,0
	Total	14	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,920	21

**Nivel de confiabilidad: Satisfactoria**

## Anexo 6: Base de datos

### Habilidades blandas

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
1	NH/ITEMS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	RES	CAT	P7	P8	P9	P10	P11	P12	EMP	CAT	P13	P14	P15	P16	P17	CA	CAT	TOTAL	CATEGORIA
2	1	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
3	2	2	2	1	1	1	2	9	1	2	2	3	3	2	2	14	3	1	2	2	2	2	9	1	32	2
4	3	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
5	4	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
6	5	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	1	2	9	2	1	1	1	1	2	6	1	23	1
7	6	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	1	3	12	2	2	1	2	1	2	8	1	28	1
8	7	2	2	1	1	1	2	9	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	26	1
9	8	2	2	1	1	1	2	9	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	26	1
10	9	2	2	1	1	1	2	9	1	2	2	1	1	3	3	12	2	2	2	2	1	3	10	1	31	2
11	10	1	1	1	2	1	7	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
12	11	2	2	2	1	3	2	12	2	2	2	1	1	2	2	10	2	3	3	2	2	2	12	2	34	2
13	12	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
14	13	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	2	1	1	6	1	22	1
15	14	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	10	1	27	1	
16	15	2	1	2	2	3	2	12	2	3	3	3	2	2	1	14	3	3	2	2	3	2	12	2	38	2
17	16	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	2	6	1	24	1	
18	17	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	3	1	2	2	12	2	3	3	2	2	12	2	32	2	
19	18	2	2	1	1	1	2	9	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	25	1
20	19	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
21	20	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
22	21	1	2	2	3	3	3	14	2	2	1	2	2	3	1	11	2	2	3	2	3	3	13	2	38	2
23	22	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
24	23	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
25	24	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	13	2	35	2	
26	25	2	2	1	1	1	2	9	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	26	1
27	26	2	2	1	3	3	2	13	2	2	2	3	2	1	2	12	2	3	3	2	2	12	2	37	2	
28	27	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	2	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
29	28	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
30	29	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	10	1	27	1	
31	30	1	2	1	1	1	2	8	1	1	3	3	2	2	1	12	2	3	2	2	3	2	12	2	32	2
32	31	2	2	1	1	1	2	9	1	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	22	1
33	32	2	2	3	1	3	2	13	2	1	2	3	1	2	2	11	2	3	3	2	2	12	2	36	2	
34	33	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
35	34	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
36	35	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
37	36	3	2	2	3	3	1	14	2	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	13	2	41	3	
38	37	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
39	38	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
40	39	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	1	2	3	1	11	2	2	3	2	3	13	2	40	2	
41	40	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
42	41	2	2	3	3	1	2	13	2	2	2	3	1	2	2	12	2	3	3	2	2	12	2	37	2	
43	42	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
44	43	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
45	44	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	10	1	27	1	
46	45	2	1	3	2	3	2	13	2	3	2	1	2	2	2	12	2	3	2	2	3	2	12	2	37	2
47	46	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	2	6	1	24	1	
48	47	2	2	3	1	3	2	13	2	2	2	3	2	1	2	12	2	3	3	2	2	12	2	37	2	
49	48	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
50	49	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
51	50	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
52	51	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	1	1	3	3	12	2	2	3	2	3	13	2	41	3	

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
53	52	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
54	53	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
55	54	3	2	2	3	3	1	14	2	2	2	2	2	2	1	11	2	2	3	2	3	3	13	2	38	2
56	55	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
57	56	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	1	3	2	2	12	2	3	3	2	2	2	12	2	39	2
58	57	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
59	58	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
60	59	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
61	60	2	1	2	2	3	2	12	2	3	1	1	2	2	3	12	2	3	2	2	3	2	12	2	36	2
62	61	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
63	62	2	2	3	2	3	2	14	2	2	2	1	3	2	1	11	2	3	3	2	2	2	12	2	37	2
64	63	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	1	1	1	7	1	23	1
65	64	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	1	6	1	22	1
66	65	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
67	66	3	2	2	3	3	3	16	3	2	1	2	2	3	1	11	2	2	3	2	3	3	13	2	40	2
68	67	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
69	68	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	1	2	6	1	24	1
70	69	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
71	70	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
72	71	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	1	2	2	12	2	3	3	2	2	2	12	2	39	2
73	72	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
74	73	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
75	74	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
76	75	2	1	3	2	3	2	13	2	3	3	3	2	2	1	14	3	3	2	2	2	3	12	2	39	2
77	76	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
78	77	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
79	78	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
80	79	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
81	80	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
82	81	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
83	82	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
84	83	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
85	84	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
86	85	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
87	86	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
88	87	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
89	88	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
90	89	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
91	90	2	1	3	2	3	2	13	2	3	1	2	2	2	3	13	3	3	2	2	3	2	12	2	38	2
92	91	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
93	92	2	2	3	3	3	2	15	3	2	1	3	3	2	1	12	2	3	3	2	2	2	12	2	39	2
94	93	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
95	94	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
96	95	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
97	96	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	1	3	12	2	2	3	2	3	3	13	2	41	3
98	97	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
99	98	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
100	99	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	1	3	12	2	2	3	2	3	3	13	2	41	3
101	100	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
102	101	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
103	102	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
104	103	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
104	103	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
105	104	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
106	105	2	1	3	2	3	2	13	2	3	1	3	2	2	1	12	2	3	2	2	3	2	12	2	37	2
107	106	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
108	107	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
109	108	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
110	109	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
111	110	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
112	111	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
113	112	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
114	113	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
115	114	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
116	115	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
117	116	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
118	117	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
119	118	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
120	119	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
121	120	2	1	3	2	3	2	13	2	1	3	1	2	2	3	12	2	3	2	2	3	2	12	2	37	2
122	121	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
123	122	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
124	123	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
125	124	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
126	125	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
127	126	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
128	127	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
129	128	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
130	129	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
131	130	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
132	131	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
133	132	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
134	133	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
135	134	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
136	135	2	1	3	2	3	2	13	2	3	3	1	2	2	1	12	2	3	2	2	3	2	12	2	37	2
137	136	2	2	2	1	1	3	11	2	1	2	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	2	6	1	24	1
138	137	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
139	138	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
140	139	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
141	140	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
142	141	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
143	142	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
144	143	2	2	1	1	1	1	8	1	2	1	1	2	2	2	10	2	1	1	1	2	2	7	1	25	1
145	144	3	2	2	3	3	3	16	3	2	2	2	2	3	3	14	3	2	3	2	3	3	13	2	43	3
146	145	1	1	1	1	2	1	7	1	1	2	2	2	1	1	9	2	2	1	1	2	2	8	1	24	1
147	146	2	2	3	3	3	2	15	3	2	2	3	3	2	2	14	3	3	3	2	2	2	12	2	41	3
148	147	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	2	2	1	8	1	2	2	2	1	1	8	1	24	1
149	148	1	1	2	1	1	2	8	1	2	1	1	1	1	2	8	1	1	1	1	2	1	6	1	22	1
150	149	2	2	1	1	2	1	9	1	1	2	1	1	1	2	8	1	2	2	2	2	2	10	1	27	1
151	150	2	1	3	2	3	2	13	2	3	1	3	2	2	1	12	2	3	2	2	3	2	12	2	37	2
152																										
153																										

## Adicción a redes sociales

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X
1	NI/ITER	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	TOTAL	ATEGORIA
2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	33	1
3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	33	1
4	3	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
5	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	2	1	28	1
6	5	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
7	6	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	54	3
8	7	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	50	3
9	8	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	47	2
10	9	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	33	1
11	10	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
12	11	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
13	12	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
14	13	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
15	14	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
16	15	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	44	2
17	16	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	52	3
18	17	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	47	2
19	18	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
20	19	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
21	20	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
22	21	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
23	22	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
24	23	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
25	24	1	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	2
26	25	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	51	3
27	26	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	41	2
28	27	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
29	28	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
30	29	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
31	30	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
32	31	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
33	32	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
34	33	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
35	34	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	52	3
36	35	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	48	2
37	36	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
38	37	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	33	1
39	38	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	33	1
40	39	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
41	40	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
42	41	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
43	42	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
44	43	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
45	44	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
46	45	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	44	2
47	46	2	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	45	2
48	47	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
49	48	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
50	49	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
51	50	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
52	51	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3

53	52	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	48	2
54	53	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	52	3
55	54	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	2
56	55	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	51	3
57	56	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	33	1
58	57	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
59	58	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
60	59	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
61	60	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
62	61	2	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	45	2
63	62	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
64	63	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	1	47	2
65	64	1	1	3	3	2	1	1	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	41	2
66	65	1	3	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	50	3
67	66	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
68	67	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	3	48	2
69	68	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	47	2
70	69	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	2
71	70	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	51	3
72	71	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	41	2
73	72	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
74	73	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
75	74	1	2	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	50	3
76	75	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	44	2
77	76	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
78	77	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
79	78	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	1	47	2
80	79	1	1	3	3	2	1	1	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	41	2
81	80	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
82	81	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
83	82	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
84	83	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
85	84	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
86	85	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
87	86	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
88	87	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
89	88	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
90	89	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
91	90	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	44	2
92	91	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
93	92	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
94	93	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	1	47	2
95	94	1	1	3	3	2	1	1	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	41	2
96	95	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	48	2
97	96	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
98	97	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	48	2
99	98	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	47	2
100	99	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	2
101	100	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	51	3
102	101	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	41	2
103	102	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
104	103	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X
104	103	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
105	104	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
106	105	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	44	2
107	106	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
108	107	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	54	3
109	108	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	1	47	2
110	109	1	1	3	3	2	1	1	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	41	2
111	110	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	48	2
112	111	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
113	112	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	48	2
114	113	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	47	2
115	114	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	2
116	115	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	51	3
117	116	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	41	2
118	117	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
119	118	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
120	119	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
121	120	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	44	2
122	121	2	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	45	2
123	122	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	52	3
124	123	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	1	47	2
125	124	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
126	125	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
127	126	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
128	127	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
129	128	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
130	129	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
131	130	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	51	3
132	131	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	41	2
133	132	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
134	133	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
135	134	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
136	135	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	3	44	2
137	136	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
138	137	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
139	138	3	2	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	1	47	2
140	139	1	1	3	3	2	1	1	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	41	2
141	140	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	48	2
142	141	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54	3
143	142	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
144	143	3	1	2	3	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	50	3
145	144	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	2
146	145	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	51	3
147	146	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	52	3
148	147	1	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	3	1	35	1
149	148	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	2	2	3	2	41	2
150	149	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	36	2
151	150	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	52	3
152																								