



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Habilidades sociales y bienestar psicológico en
estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de
Física de la UNMSM, Lima 2015.**

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADEMICO DE

Maestra en psicología educativa

AUTORA:

Br. María Elena Carrasco Marroquín

ASESOR:

Dr. Edgar Pacheco Luza

SECCIÓN:

Psicología Educativa

LINEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LIMA –PERU

2018



DICTAMEN DE LA SUSTENTACIÓN DE TESIS

EL / LA BACHILLER (ES): CARRASCO MARROQUIN, MARÍA ELENA

Para obtener el Grado Académico de *Magíster en Psicología Educativa* ha sustentado la tesis titulada:

HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 1er., 3ro., 5to y 7mo. CICLO DE LA EAP DE FÍSICA DE LA UNMSM, LIMA 2015

Fecha: 06 de Marzo de 2016

Hora: 2:30:00 PM

JURADOS:

PRESIDENTE: Dr. Luis Garay Peña

SECRETARIO: Dr. Joaquín Vértiz Osores

VOCAL: Dr. Ulises Córdova García

Firma: [Signature]
Firma: [Signature]
Firma: [Signature]

El Jurado evaluador emitió el dictamen de:

..... *Aprobar por mayoría*

Habiendo hecho las recomendaciones siguientes:

- *Mejorar estilo de Redacción en APA*
- *Mejorar redacción de Resultados*
- *Mejorar la discusión y recomendación.*

.....
.....
.....
.....

Dedicatoria

A mi familia por el acompañamiento y soporte para el logro de mis objetivos personales y profesionales.

María Elena.

Agradecimiento

A mis colaboradores, por su actitud generosa, su invaluable apoyo, pericia académica y orientación se hizo posible la presente investigación. A los profesores de la UCV de quienes reconozco su vocación y misión en la investigación educativa como factor de cambio para una sociedad mejor.

Declaración de autenticidad

Yo, Carrasco Marroquín, María Elena estudiante del Programa de Educación de la Universidad César Vallejo, en la sede Lima – norte, declaro que el trabajo académico de mi tesis titulado “Habilidades sociales y bienestar psicológico en los estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015”, presentado en xxx folios para la obtención del grado académico de Maestra en psicología educativa es de mi autoría.

Por tanto, declaro lo siguiente

He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.

No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.

Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.

Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.

De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinen el procedimiento disciplinario.

Lima, setiembre de 2018

María Elena Carrasco Marroquín

DNI 09356269

Presentación

Señores miembros del Jurado:

Presento a ustedes mi tesis titulada “Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. Y 7mo. ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015”.”, cuyo objetivo fue: determinar la relación entre Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. Y 7mo. ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015”. en cumplimiento del Reglamento de grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, para obtener el Grado Académico de Maestra.

La presente investigación está estructurada en siete capítulos y un anexo: El capítulo uno: Introducción, contiene los antecedentes, la fundamentación científica, técnica o humanística, el problema, los objetivos y la hipótesis. El segundo capítulo: Marco metodológico, contiene las variables, la metodología empleada, y aspectos éticos.

El tercer capítulo: Resultados se presentan resultados obtenidos. El cuarto capítulo: Discusión, se formula la discusión de los resultados. En el quinto capítulo, se presentan las conclusiones. En el sexto capítulo se formulan las recomendaciones. En el séptimo capítulo, se presentan las referencias bibliográficas, donde se detallan las fuentes de información empleadas para la presente investigación.

Por la cual, espero cumplir con los requisitos de aprobación establecidos en las normas de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.
El autor

La autora.

Indice

	Página
Página de jurados	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaración de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
I. Introducción	
1.1 Realidad problemática	15
1.2 Trabajos previos	19
1.3 Teorías relacionadas al tema	24
1.4 Formulación del problema	31
1.5 Justificación	32
1.6 Hipótesis	33
1.7 Objetivos	34
II. Método	
2.1 Diseño de investigación	37
2.2 Operacionalización de variables,	39
2.3. Población, muestra y muestreo	41
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	42

2.5. Métodos de análisis de datos	46
2.6. Aspectos éticos	47
III. Resultados	48
IV. Discusión	68
V. Conclusiones	73
VI. Recomendaciones	76
VII. Referencias	79
VIII. Anexos	85
Anexo1: Artículo científico	
Anexo 2: Matriz de consistencia	
Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos	
Anexo 4: Certificados de validación de instrumentos	
Anexo 5: Base de datos y resultados	

Índice de tablas

		Página
Tabla 1:	Matriz de operacionalización de la variable Habilidades sociales	40
Tabla 2:	Matriz de operacionalización de la variable Bienestar psicológico	41
Tabla 3:	Población y muestra de estudio	42
Tabla 4:	Técnicas e instrumentos de datos	44
Tabla 5:	Validez del contenido por juicio de expertos del instrumento Habilidades sociales	44
Tabla 6:	Validez del contenido por juicio de expertos del instrumento Bienestar Psicológico	45
Tabla 7:	Interpretación del coeficiente de confiabilidad	46
Tabla 8:	Resultados del análisis de confiabilidad del instrumento que mide Habilidades sociales y bienestar psicológico	46
Tabla 9:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales	49
Tabla 10:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Primeras habilidades sociales	50
Tabla 11:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales avanzadas	51
Tabla 12:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	52
Tabla 13:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades alternativas a la agresión	53
Tabla 14:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales para hacer frente al estrés	54
Tabla 15:	Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades de planificación	55
Tabla 16:	Distribución de frecuencias de la percepción en el Bienestar Psicológico	56

Tabla 17:	Distribución de frecuencias de la percepción en el Bienestar Psicológico Subjetivo	57
Tabla 18:	Distribución de frecuencias de la percepción en el Bienestar Material	58
Tabla 19	Distribución de frecuencias y porcentajes de Habilidades sociales y Bienestar Psicológico	59
Tabla 20	Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para $n > 50$	60
Tabla 21	Coeficiente de correlación de Spearman: Habilidades sociales y el bienestar psicológico	61
Tabla 22	Coeficiente de correlación de Spearman: Primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico	62
Tabla 23	Coeficiente de correlación de Spearman: Las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico	63
Tabla 24	Coeficiente de correlación de Spearman: Las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico	64
Tabla 25	Coeficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico	65
Tabla 26	Coeficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico	66
Tabla 27	Coeficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico	67

Indice de figuras

	Página
Figura 1: Habilidades sociales	49
Figura 2: Primeras habilidades sociales	50
Figura 3: Primeras habilidades sociales	51
Figura 4: Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	52
Figura 5: Habilidades alternativas a la agresión	53
Figura 6: Habilidades sociales para hacer frente al estrés	54
Figura 7: Habilidades sociales para hacer frente al estrés	55
Figura 8: Bienestar Psicológico	56
Figura 9: Bienestar Psicológico Subjetivo	57
Figura 10: Bienestar Material	58
Figura 11: Gráfica de barras de Habilidades sociales y Bienestar Psicológico	59

Resumen

La presente investigación titulada: Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios pertenecientes a una Universidad Nacional de la ciudad de Lima – 2015 tuvo como objetivo general determinar el grado de relación entre Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios pertenecientes a una Universidad Nacional de la ciudad de Lima – 2015 Los instrumentos que se utilizaron fueron cuestionarios en escala de Likert para las variables Habilidades sociales y bienestar psicológico Estos instrumentos fueron sometidos a los análisis respectivos de confiabilidad y validez, que determinaron que los cuestionarios tienen la validez y confiabilidad

El método empleado fue hipotético deductivos, el tipo de investigación fue básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental transversal. La población estuvo formada por 200 estudiante la muestra por 132 alumnos y el muestreo fue de tipo probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach.

Los resultados evidencian una relación estadísticamente significativa, alta ($r_s = 0,726$, $p < 0.05$) y directamente proporcional, entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Palabras claves: Habilidades sociales, bienestar psicológico, estudiantes universitarios

Abstract

The present qualified investigation: social Skills and psychological well-being in university students belonging to a National University of the city of Lima - 2015 had as general aim determine the degree of relation between social Skills and psychological well-being in university students belonging to a National University of the city of Lima - 2015 The instruments that were in use were questionnaires in Likert's scale for the variable social Skills and psychological well-being These instruments were submitted to the respective analyses of reliability and validity, which determined that the questionnaires have the validity and reliability

The used method was hypothetical deductive, the type of investigation was basic, of level correlacional, of quantitative approach; of not experimental transverse design. The population was formed by 200 student the sample by 132 pupils and the sampling was of type probabilístico. The technology used to gather information was a survey and the instruments of compilation of information were questionnaires that were due validated across experts' judgments and determined his reliability across the statistician of reliability Cronbach's Alpha

The results demonstrate a statistically significant, high relation ($r_s = 0,726$, $p < 0.05$) and directly proportionally, between social skills and the psychological well-being in students of the 1st one. 3rd. 5to. And 7mo. Cycle of the EAP of Physics of the UNMSM, Lima key Words: social Skills, psychological well-being, university students

Key Words: social Skills, psychological well-being, university students

I. Introducción

1.1 Realidad problemática

La adolescencia es una etapa de la vida que despierta curiosidad, dudas e incertidumbre; se le intenta delimitar en una cantidad determinada de años, como forma de darle una explicación, ya que el ser humano transita a través de este período, introduciéndose en este conjunto de procesos biológicos, psicológicos, culturales y sociales, y se va moldeando hasta convertirse, al final de los mismos, en un “adulto” frente a la sociedad. Se puede comprender que el adolescente, como ser humano en crecimiento y desarrollo, se encuentra en una etapa de cierta crisis y fragilidad, y necesita del apoyo y acompañamiento de los demás para poder superarla con eficacia. Así podrá realizarse como una persona íntegra en su vida adulta (Páramo, 2009).

Asimismo, la juventud es una etapa de cuestionamiento, de impresiones, de rebeldías y de utopía. El problema más grave que enfrenta es la comunicación; pues a nivel general, no saben expresar lo que piensan y lo que sienten. En esta etapa de la vida se puede afirmar que el ser humano llega a alcanzar su estabilidad y en ello, la madurez. El hombre y la mujer empiezan una progresiva independencia en el aspecto económico, en la iniciativa y responsabilidad de sus actos. En este periodo de la vida es el momento de hacer un primer proyecto de vida. En esta etapa el joven ha alcanzado mejores y mayores esquemas cognoscitivos que le permiten elegir una profesión (Duque, 2007).

Se entiende en un contexto ideal, que el individuo se desarrolle en un ambiente familiar óptimo, donde se alcance el desarrollo de las habilidades sociales, y se fomente un bienestar psicológico positivo, y que sean las instituciones educativas las que fortalezcan estos aspectos.

En el Perú, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática, de la población total que asciende a 30, 814,175, la población adolescente entre 15 a 19 años de edad constituye el 9% del total, los jóvenes con edades comprendidas entre los 20 y 24 años de edad representan el 9% y un tercer grupo de jóvenes con edades comprendidas entre 25 y 29 años igualmente representa un 9%, es decir un 27% de la población peruana son jóvenes entre 15 y 29 años. Asimismo entre los 15 y 19 años solo estudia el 42%, estudia y trabaja el 21%, entre los 20 y 24 años solo estudia el 13%, estudia y trabaja el 18% (Encuesta demográfica y de salud familiar Perú 2013).

En un mundo fuertemente competitivo, los estudiantes universitarios deben enfrentar el embate de una serie de demandas sociales y académicas que el medio les exige, y que a veces exceden la capacidad de los jóvenes para estar a la altura de las circunstancias. En esta etapa de la vida, los estudiantes universitarios están sometidos a la evaluación continua de los grupos a los que pertenecen y con los que se relacionan cotidianamente. Todo ello los obliga a establecer y consolidar su posición y a prepararse también para soportar sentimientos negativos en caso de no poder responder del modo social y lectivamente esperado.

Según la Secretaría Nacional de la Juventud del Perú, específicamente en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos predomina una población estudiantil entre 20 y 24 años de edad, de origen capitalino y con antecedentes provincianos por la procedencia regional de sus padres. Al evaluar la información socioeconómica encontramos elementos que permiten ubicarlos mayormente como integrantes de sectores medios “emergentes” cercanos a un perfil mesocrático (con ingresos familiares correspondientes al estrato socioeconómico b, en promedio). Los resultados del estudio muestran en los jóvenes sanmarquinos un acercamiento a concepciones liberales de la democracia y la política, por la valoración de elementos como la libertad de expresión, los derechos civiles y la participación ciudadana. De la población universitaria total el 57.7% son de sexo masculino y 42.3% femenino.

En una investigación socioeconómica de los estudiantes del 1er ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Carrasco (2014) concluyó que: El 96.08% son de sexo masculino y sólo un 3.92% son del sexo femenino, situación que se ha venido manteniendo desde hace algunos años. La procedencia de la mayoría de estudiantes de esta Escuela es del departamento de Lima 68%, mientras el 19.7% provienen de departamentos de la Sierra, el 7.9% de otros departamentos de la Costa y un 3.90% del Callao.

En la actualidad las relaciones interpersonales han sido saturadas por la tecnología, utilizando el sistema multimedia como el principal medio socializador, reduciendo espacios para la comunicación directa, base para la humanización del individuo. El grupo familiar se ve afectado por cambios en su funcionamiento que limitan los espacios para compartir experiencias sociales y afectivas en este núcleo.

Para Sánchez Cánovas (1998), el Bienestar Psicológico hace referencia al estado de felicidad o bienestar (ambos conceptos son tomados como sinónimos por el autor) como la percepción subjetiva de la propia vida. exigencias internas y externas del entorno físico y social. Así mismo, relaciona el bienestar con: las creencias que orientan las acciones de las personas, el significado atribuido a sus experiencias previas, las experiencias aceptadas y asimiladas cognitivamente y emocionalmente de manera satisfactoria, la capacidad de rechazar aquellas consideradas como inconvenientes y la habilidad de adaptarse a diversas circunstancias con flexibilidad.

Otros investigadores, entre ellos Salotti (2006) y Salanova, Martínez, Bresó, Gumbau y Grau (2005) señalan que “el bienestar psicológico es el resultado de la percepción sobre logros alcanzados en la vida y el grado de satisfacción personal con lo que se ha hecho, se está haciendo o puede hacerse”.

El reconocimiento de los comportamientos sociales es un tema de gran importancia para la promoción del bienestar psicológico del humano. Por eso durante las últimas décadas, los estudios de las habilidades sociales han demostrado la conexión entre competencia social y bienestar psicológico al considerar a las habilidades sociales como elemento que protege el desarrollo saludable.

“González y Méndez (2005) vincula el bienestar psicológico con el estado mental y emocional que determina el funcionamiento psíquico óptimo de una persona de acuerdo a su paradigma personal y al modo de adecuarse a las exigencias internas y externas del entorno físico y social. Así mismo, relaciona el bienestar con: las creencias que orientan las acciones de las personas, el significado atribuido a sus experiencias previas, las experiencias aceptadas y asimiladas cognitivamente y emocionalmente de manera satisfactoria, la capacidad de rechazar aquellas consideradas como inconvenientes y la habilidad de adaptarse a diversas circunstancias con flexibilidad.

Otros investigadores, entre ellos Salotti (2006) y Salanova, Martínez, Bresó, Gumbau y Grau (2005) señalan que “el bienestar psicológico es el resultado de la percepción sobre logros alcanzados en la vida y el grado de satisfacción personal con lo que se ha hecho, se está haciendo o puede hacerse”.

El reconocimiento de los comportamientos sociales es un tema de gran importancia para la promoción del bienestar psicológico del humano. Por eso durante las últimas décadas, los estudios de las habilidades sociales han demostrado la conexión entre competencia social y bienestar psicológico al considerar a las habilidades sociales como elemento que protege el desarrollo saludable.

El cultivo de las relaciones interpersonales va a permitir a las personas desenvolverse en un determinado contexto social, resolver problemas y lograr en este proceso de interacción el bienestar psicológico como referente de persona feliz. Necesarias para lograr su proceso de adaptación y apropiación de hábitos para la interacción social. Manifestaciones como la dificultad para gestionar trámites académicos, interactuar con sus pares y superiores, escasa participación durante las clases, así como en algunas actividades y cursos organizados por la facultad y universidad, aislamiento y timidez. Una formación deficiente de las habilidades sociales que de una u otra forma nos conlleva a algún tipo de atraso familiar y social. Asimismo se evidencia que no poseen claridad respecto a aquello que realmente anhelan, bajas expectativas de logro, teniendo como resultado un bajo rendimiento académico y deserción estudiantil, según detalla el Sistema Único de Matrícula de la UNMSM (2015).

En el diario quehacer universitario, específicamente en la EAP de Física de la UNMSM se evidencia que un porcentaje de estudiantes, no tienen incorporadas algunas pautas de comportamiento social, consideradas como necesarias para lograr su proceso de adaptación y apropiación de hábitos para la interacción social. Manifestaciones como la dificultad para gestionar trámites académicos, interactuar con sus pares y superiores, escasa participación durante las clases, así como en algunas actividades y cursos organizados por la facultad y universidad, aislamiento y timidez. Una formación deficiente de las habilidades sociales que de una u otra forma nos conlleva a algún tipo de atraso familiar y social. Asimismo se evidencia que no poseen claridad respecto a aquello que realmente anhelan, bajas expectativas de logro, teniendo como resultado un bajo rendimiento académico y deserción estudiantil, según detalla el Sistema Único de Matrícula de la UNMSM (2015).

Los estudiantes de educación superior hoy en día, deberían desarrollar habilidades y destrezas para desenvolverse en cualquier ámbito: Profesional, familiar, personal. Deberían ser eficaces en sus conversaciones, al solicitar información, defender sus derechos, hacer elogios, resolver situaciones, participar en grupos, lograr una meta determinada, entre otros aspectos más.

Los estudiantes universitarios deberían contar con un elevado nivel de bienestar psicológico, caracterizarse por encarar los problemas de un modo sistemático, considerando diferentes puntos de vista para solucionarlos, mostrar capacidad de trabajo elevada, motivación en la resolución de las situaciones cotidianas. Al mismo tiempo se deberían haber desarrollado la habilidad para diferenciar los aspectos positivos de los negativos, pudiendo apoyarse en los positivos, en suma tener una visión optimista de la vida.

1.2 Trabajos previos

1.2.1 Trabajos previos Internacionales

Giménez (2016) en su trabajo de investigación titulado *La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes y su relación con el bienestar psicológico*. (Tesis Doctoral) Universidad Complutense de Madrid, El método empleado fue el hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental: transversal La población estuvo formada por 252 adolescentes, la muestra por 114 y el muestreo fue de tipo probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta, y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios, que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach dentro de los resultados se encontró una correlación significativa $R = 0,745$ entre las fortalezas psicológicas en adolescentes y el bienestar psicológico. concluye medir las fortalezas de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Rincón (2015), presentó su estudio titulado *Habilidades sociales y la inteligencia emocional en estudiantes de educación superior*, (Tesis Maestría) Universidad Bolivariana de Venezuela. El presente estudio estuvo dirigido a determinar la relación entre las habilidades sociales y la inteligencia emocional de los estudiantes del Instituto Universitario de Tecnología de Maracaibo Extensión Sub Región Guajira. El tipo de investigación fue correlacional, con un diseño no experimental de naturaleza transversal, con una población 966 estudiantes y la muestra estuvo conformada por 91 sujetos, asimismo se estratificó la muestra a través de la fórmula de Shiffer. La recolección de los datos se utilizaron dos escalas de Likert, una para medir habilidades y otra para inteligencia emocional, dentro de los resultados se encontraron una correlación significativa $r_s = 0,684$ entre las primeras Habilidades sociales y la inteligencia emocional, concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Gómez (2015), en su investigación sobre *Diagnóstico de habilidades sociales y bienestar psicológico en Colombia*. (Tesis Maestría), Universidad de Carabobo, Valencia- Venezuela, teniendo como objetivo Diagnosticar habilidades sociales y bienestar psicológico en Colombia., Empleó el tipo de investigación básica, de nivel descriptivo, de enfoque cualitativo; de diseño no experimental. La muestra estuvo formada por 120 estudiantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica que empleó fue encuesta, y el instrumento de recolección de datos fue el cuestionario, que fue debidamente validado a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach. Se encontró una correlación significativa ($r_s = 0,778$, $p < 0.05$) entre *habilidades sociales avanzadas y bienestar psicológico en Colombia* concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Gutiérrez. (2016) realizó el estudio, titulado: *El Desarrollo de habilidades sociales y estrategia de integración al bachillerato.*(Tesis Maestría) Universidad de Carabobo, Valencia- Venezuela, Tuvo como objetivo Diagnosticar el desarrollo de habilidades sociales y la estrategia de integración al bachillerato., Empleó el tipo de investigación básica, de nivel descriptivo, de enfoque cualitativo; de diseño no experimental. La muestra estuvo formada por 70 participantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica que empleó fue encuesta, y el instrumento de recolección de datos fue el cuestionario, que fue debidamente validado a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach. Se encontró una correlación significativa ($r_s = 0,778$, $p < 0.05$) entre habilidades relacionadas con los sentimientos y las estrategia de integración al bachillerato; concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Betina (2015) en su estudio de investigación titulada: *Las habilidades sociales y bienestar psicológico en niños y adolescentes.* Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos (tesis maestría) Universidad Nacional de San Luis- Argentina, cuyo objetivo principal es impulsar Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. Empleó el tipo de investigación básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental. La muestra estuvo formada por 80 participantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica que empleó fue encuesta, y el instrumento de recolección de datos fueron los cuestionarios, que fue debidamente validado a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach, en los resultados se encontró una correlación significativa alta ($r = 0.787$, $p < 0.05$) entre habilidades sociales y bienestar psicológico en niños y adolescentes. Concluye que las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas

generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual.

1.2.2 Trabajos previos Nacionales

Meza (2015), investigó sobre *habilidades sociales y Bienestar psicológico en la pareja en estudiantes universitarios de Lima metropolitana*. (Tesis maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú. cuyo objetivo principal es determinar cómo se relaciona habilidades sociales y el Bienestar psicológico. El método empleado fue el hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental: transversal. La muestra por 116 estudiantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta, y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios, que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach. Se encontró una correlación significativa ($r_s = 0,752$, $p < 0,05$), entre habilidades sociales alternativas a la agresión y el Bienestar psicológico en la pareja concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Galarza (2015) investigó sobre la *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I. E.N. Fe y Alegría 11, Comas. Lima* Utilizó un enfoque cuantitativo, cuyo método es descriptivo correlacional de corte transversal, la población estuvo constituida por 485 alumnos del nivel secundario del centro educativo Fe y Alegría 11, aplicándose dos instrumentos: Cuestionario de Habilidades Sociales y la Escala de Clima Social Familiar. Los resultados evidencia una correlación significativa $R = 0,774$ entre habilidades sociales para hacer frente al estrés y el clima social familiar en adolescentes. concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus

competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual,

Condori (2014), presentó la tesis *Relación de: Autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios, por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*. Empleó el tipo de investigación básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental. La muestra estuvo formada por 180 estudiantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica que empleó fue encuesta, y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios, que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach. Llegó a la siguiente conclusión que la Dirección de Recursos Humanos de la Policía del Estado Carabobo, concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral; se establece que debido a una férrea capacitación en comunicación dentro del cuerpo policial, se debe a cuentan con equipos de comunicación de última generación y que está a su alcance, así mismo se resalta las capacitaciones recibidas permanentemente, por los oficiales muy competentes y con muchas habilidades y destrezas como instructores, además la disciplina y el cumplimiento son valores predominantes en la institución policial.

Osorio (2014) realizó un estudio, titulada: *habilidades sociales y Bienestar psicológico en los adolescentes de la I. E.N. Fe y Alegría 11, Comas. Lima*. Tuvo como objetivo: desarrollar habilidades sociales y Bienestar psicológico en los adolescentes de la I. E.N. Fe y Alegría 11, Comas. De tipo aplicado y diseño no experimental, Empleó el tipo de investigación básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental. La muestra estuvo formada por 70 adolescentes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica que empleó fue encuesta, y el instrumento de recolección de datos fueron los cuestionarios, que fue debidamente validado a través de juicios de expertos y determinado su

confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach, en los resultados se encontró una correlación significativa alta ($r = 0.654$, $p < 0.05$) entre habilidades de planificación y Bienestar psicológico en los adolescentes de la I. E.N. Fe y Alegría 11, Comas. Concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Salas (2015), presentó la tesis *Bienestar psicológico y síndrome de Burnout en docentes de la UGEL N° 7*, tesis de maestría en psicología clínica y de la salud, por la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. El trabajo tuvo como objetivo estudiar si existe relación entre el Bienestar psicológico y el síndrome de *de Burnout* en los docentes de la Unidad de Gestión Educativa Local N° 7. El método empleado es el hipotético deductivo, el tipo de investigación básica y con un diseño no experimental correlacional de corte trasversal; la muestra objeto de estudio fueron 179 docentes de la Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL) N° 7s, para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta. Como instrumento el cuestionario medidas en la escala de Likert, los datos son procesados mediante el software estadístico SPSS 23; se evidenció una correlación significativa $r_s = 0.733$, $p < 0.05$ entre bienestar psicológico y síndrome de Burnout- concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual..

1.3. Teorías relacionadas al tema

1.3.1. Habilidades sociales.

La compleja naturaleza de las habilidades sociales ha dado lugar a numerosas definiciones, entre ellas tenemos a Alberti y Emmons (1978), citados por Pérez (2009, p. 25), consideran una habilidad social como: "la conducta que permite a una persona defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de

los demás”. Cualidades manifiestas en el desempeño de una persona con eficiencia y eficacia dentro de sus relaciones interpersonales con honestidad, disciplina, responsabilidad además tener mucho profesionalismo que orientan a tener muchas competencias habilidades y destrezas que lo caracterizan.

En cambio Kelly (1982), citado por Pérez (2009, p. 26), considera que son “aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o mantener refuerzos del ambiente”. Es decir, favorecen la interrelación con las personas, permitiendo un mayor acercamiento socializador.

Para Caballo (1986, 1993), citado por Pérez (2009) considera que se trata de Un conjunto de Cualidades manifiestas en el desempeño de una persona con eficiencia y eficacia dentro de sus relaciones interpersonales con honestidad, disciplina, responsabilidad además tener mucho profesionalismo que orientan a tener muchas competencias habilidades y destrezas que lo caracterizan (p.25).

Pelechano (1989), citado por Pérez (2009) las explica como:

Un patrón complejo de respuestas que llevan a un reconocimiento social por parte de los demás y resultan eficaces para ejercer un autocontrol personal así como una influencia (directa o indirecta) sobre los demás, con la utilización de medios y procedimientos permisibles (p. 27).

Para Gil (1993), citado por Pérez (2009), esbozó la siguiente definición:

Son conductas que se manifiestan en situaciones interpersonales; estas conductas son aprendidas y, por tanto, pueden ser enseñadas. Estas conductas se orientan a la obtención de distintos tipos de reforzamiento, tanto del ambiente (consecución de objetivos materiales o refuerzos sociales) como autoreforzos (p.25).

Gil y León (1998, p. 64), reforzaron el criterio del párrafo anterior, sostiene lo siguiente:

Tales habilidades sociales resultan importantes, Cualidades manifiestas en el desempeño de una persona con eficiencia y eficacia

dentro de sus relaciones interpersonales con honestidad, disciplina, responsabilidad además tener mucho profesionalismo que orientan a tener muchas competencias habilidades y destrezas que lo caracterizan (p. 64).

Raffo y Zapata (2000) sostuvieron la siguiente definición:

Las habilidades sociales son consideradas como un conjunto de comportamientos interpersonales complejos. El término habilidad se utiliza para indicar que la competencia social no es un rasgo de la personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos y adquiridos (p.61).

Pérez (2009) las definió como:

Son capacidades o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea. Se refieren a estrategias seleccionadas por la persona y los niveles de habilidad demostrados a este respecto en respuesta a las demandas situacionales de las tareas encontradas en las actividades diarias (p.40). Hace referencia a las habilidades sociales como capacidades que se ponen de manifiesto buscando conseguir un objetivo, una meta específica (p.77). Hace referencia a las habilidades sociales como capacidades que se ponen de manifiesto buscando conseguir un objetivo, una meta específica.

En la investigación se han encontrado muchas más definiciones sobre habilidades sociales, cada autor presenta una definición propia, algunos de estos conceptos hacen énfasis en la conducta en sí misma, mientras que otros resaltan las consecuencias de la conducta social. El autor que se consideró para respaldar la variable en la presente investigación fue Goldstein.

En suma, las habilidades sociales son herramientas de socialización porque permiten la interrelación entre las personas, apuntando a lograr un objetivo preciso que se quiera obtener de una persona o grupo. Siendo indispensable una línea de conducta asertiva y comunicadora.

En cuanto a los modelos de habilidades sociales Hidalgo y Abarca (1999) distinguen dos corrientes teóricas, provenientes de la psicología clínica y de la psicología social como proceso de percepción social, interacción de grupo y la selección de las preferencias por ciertos miembros del grupo. Destacándose los modelos de:

Asertividad: Modelo de la psicología clínica. Al respecto Hidalgo y Abarca (1999) plantean que para hablar de las habilidades sociales hay que considerar la asertividad, como el conjunto de comportamientos interpersonales referidos a la habilidad de expresar lo que se cree, se siente o se piensa de manera adecuada dependiendo del contexto en que se encuentre, para lo cual se requiere de estrategias comunicacionales y habilidades específicas para interrelacionarse entre grupos.

Modelo de percepción social: Los autores Hidalgo y Abarca (1999) destacan cualidades manifiestas en el desempeño de una persona con eficiencia y eficacia dentro de sus relaciones interpersonales con honestidad, disciplina, responsabilidad además tener mucho profesionalismo que orientan a tener muchas competencias habilidades y destrezas que lo caracterizan

Modelo Cognitivo: Las habilidades sociales están mediadas por habilidades sociocognitivas, se desarrollan en la interacción con su medio ambiente.

En relación al modelo derivado de la psicología social:

Teoría de los roles: Cooley y Mead (1932) autores directos de esta teoría, afirman cualidades manifiestas en el desempeño de una persona con eficiencia y eficacia dentro de sus relaciones interpersonales con honestidad, disciplina, responsabilidad además tener mucho profesionalismo que orientan a tener muchas competencias habilidades y destrezas que lo caracterizan

Modelo del aprendizaje social: Según Hidalgo y Abarca (1999) las habilidades sociales se aprenden a través de las experiencias interpersonales directas o

vicarias, siendo mantenidas y/o modificadas por las consecuencias sociales de un determinado comportamiento.

Asimismo, se presenta el Modelo de Goldstein (1989): Las habilidades sociales son consideradas como el conjunto de desempeños presentados por el individuo frente a las demandas de una situación interpersonal, considerando la situación en un sentido amplio, que incluya variables. Considera 6 dimensiones

Dimensión 1: Primeras habilidades sociales.

Conjunto de habilidades y capacidades, variadas como específicas, para el contacto intrapersonal e interpersonal; se encuentran el saber escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse y presentar a otros y hacer cumplidos. (Goldstein, 1989, p. 19)

Dimensión 2: Habilidades sociales avanzadas.

Son las habilidades demostradas mediante la generalización, como son: el pedir ayuda, participar en clase, seguimiento de instrucciones, disculparse y convencer a otros. (Goldstein, 1989, p. 20)

Dimensión 3: Habilidades relacionadas con los sentimientos.

Conjunto de conductas dirigidas a comprender sus propios sentimientos, comprender a los demás, expresar afecto y auto compensarse. (Goldstein, 1989, p. 20)

Dimensión 4: Habilidades para hacer frente al estrés.

Son las habilidades demostradas mediante la generalización, como son: formular y responder ante una queja, resolver la vergüenza, defender a un amigo, responder ante el fracaso, hacer frente a las presiones de grupo. (Goldstein, 1989, p. 21)

Dimensión 5: Habilidades alternativas a la agresión.

Son las habilidades demostradas mediante la generalización, como son: pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol,

defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás y no entrar en peleas. (Goldstein, 1989, p. 22)

Dimensión 6 Habilidades de planificación.

Conjunto de conductas para tomar decisiones, establecer objetivos, resolver los problemas según su importancia y concentrarse en una tarea. (Goldstein, 1989, p. 23)

Goldstein (1989, p. 67): define las principales competencias sociales de la siguiente manera:

Capacidad para tomar decisiones: Ayuda a afrontar de forma crítica, autónoma y responsable las situaciones que se presentan en la vida cotidiana, permitiendo explorar las alternativas disponibles y las diferentes consecuencias de nuestras acciones. (Goldstein, 1989, p. 67)

Asertividad: Permite reconocer las tácticas persuasivas, defender los derechos, a decir “no” y a afrontar habilidosamente situaciones de presión hacia el consumo de drogas. (Goldstein, 1989, p. 68)

Capacidad de comunicarse en forma efectiva: Tiene que ver con la capacidad de expresarse, tanto verbal como no verbalmente y en forma apropiada a las situaciones que se presentan. (Goldstein, 1989, p. 69)

Autoestima: Tiene que ver con el conocimiento de nuestra autoimagen, su formación y su relevancia para la conducta y para llegar a alcanzar las metas deseadas. (Goldstein, 1989, p. 70)

Habilidad para manejar las propias emociones: Ayuda a reconocer las emociones personales, a ser conscientes de cómo las emociones influyen en nuestro comportamiento y a manejarlas de forma apropiada. Las emociones intensas, como la ira o la tristeza, pueden tener efectos negativos en nuestra salud si no se responde a ella en forma adecuada. (Goldstein, 1989, p. 71)

1.3.2 Bienestar psicológico.

El Bienestar Psicológico para Horley y Little (1985), citado por Contini, Estévez, Figueroa, Lacunza y Levín, (2005, p. 68), es

La percepción subjetiva, estado o sentimiento positivo. En buena cuenta, consideran que estas percepciones se pueden medir en base a alguno de sus componentes, afectos y cognición, los cuales tienen que ser analizados en contextos como la familia y el trabajo.

Diener (1994), citado por Contini *et al* (2005, p. 68), señalan que la definición del bienestar va a estar relacionada con su medición. Reconoce tres características: subjetividad, presencia de indicadores positivos - y no solo la ausencia de factores negativos, y una valoración global de la vida.

Leibovich de Figueroa (2000), citado por Contini *et al* (2005, p. 68), señala que es más apropiado concebir al bienestar psicológico como productor tanto de efectos positivos como negativos. En el imaginario colectivo se suele asociar el estrés con éstos últimos; sin embargo es posible observar que puede ser motor para el afrontamiento de una situación, con lo que su efecto sería positivo

Sánchez Cánovas (1998, p. 7)) hace referencia al estado de felicidad o bienestar “como la percepción subjetiva de la propia vida”, tomando en cuenta aspectos generales como: bienestar subjetivo y el bienestar material. En ese sentido, el bienestar psicológico es “el estado de satisfacción general que posee una persona en todos los aspectos relacionados a su vida”. Considera las dimensiones:

Dimensión 1: Bienestar Subjetivo.

El bienestar subjetivo es definido por el autor como “una etapa concreta vital que está atravesando el sujeto en cuestión (adolescencia, juventud, edad mediana, senectud, etc)”. Sánchez– Cánovas, 1998, p. 8).

Dimensión 2: Bienestar Material.

El bienestar material es definido por el autor como “los ingresos económicos y posesiones materiales cuantificables que posea la persona, que le generen un sentimiento de bienestar, por tanto la ausencia de los mismos genera un

sentimiento contrario y por ende la ausencia de bienestar”. (Sánchez – Cánovas, 1998, p. 8)

El estudio del desarrollo humano es el análisis del ciclo vital, es decir del proceso de toda la vida por la que atraviesan los seres humanos. De modo que en el campo de la psicología destacan cinco importantes teorías señaladas por Stassen, K., Klajn, D.S. y Latrónico, A. (2007, p. 35): “1) Teoría psicoanalítica, 2) Conductismo, 3) Teoría cognitiva, 4) Teoría sociocultural y 5) Teoría epigenética”; a éstas se les ha denominado también “grandes teorías”.

Además, tal como lo señala Papalia, Feldman y Martorell (2012, p. 6), “el desarrollo humano comprenden cualidades manifiestas en el desempeño de una persona con eficiencia y eficacia dentro de sus relaciones interpersonales con honestidad, disciplina, responsabilidad además tener mucho profesionalismo que orientan a tener muchas competencias habilitadas y destrezas que lo caracterizan”.

La investigación permitirá reconocer la importancia de prevenir conflictos interpersonales, así como lograr un bienestar psicológico óptimo. Desarrollar la competencia social en nuestro contexto, va permitir generar habilidades protectoras para enfrentar los problemas psico-sociales, los jóvenes tendrán la oportunidad de tener respuestas positivas, favorables, y apropiadas para las circunstancias del momento. Mejorando así su desarrollo personal y social, que conlleve a promover un rendimiento académico satisfactorio y la búsqueda de oportunidades para desempeñarse ocupacional y profesionalmente

1.4 Formulación del problema

1.4.1. Problema General.

¿Cuál es la relación entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

1.4.2. Problemas específicos.

Problema específico 1.

¿Cuál es la relación entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

Problema Específico 2.

¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

Problema Específico 3.

¿Cuál es la relación entre las habilidades relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

Problema Específico 4.

¿Cuál es la relación entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

Problema Específico 5.

¿Cuál es la relación entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

Problema Específico 6.

¿Cuál es la relación entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

1.5. Justificación**1.5.1. Justificación teórica.**

Considerando la problemática acerca de las habilidades sociales en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima; resulta fundamental investigar en este campo, sobre todo en los jóvenes estudiantes ya que en ellos se presenta con más notoriedad el escaso uso de las habilidades sociales y en donde se verán reflejados en la convivencia en el aula. Este planteamiento es relevante debido a la escasez de estudios de dichos problemas de investigación.

1.5.2. Justificación Práctica.

Para gestionar las habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, implicaría considerar los ámbitos y niveles de procesos que se dan dentro del bienestar psicológico. Si los estudiantes tienen definidas sus responsabilidades y roles, esto les permite establecer un esquema de trabajo flexible, en donde las habilidades sociales se dan espacios para que haya un eficiente bienestar.

1.5.3. Justificación metodológica.

La presente investigación cuenta con dos instrumentos de evaluación ya validados respectivamente, para ser usados con fines profesionales que ayude a medir el nivel de las habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

1.6 Hipótesis

1.6.1. Hipótesis General

Existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

1.6.2. Hipótesis Específicas

Hipótesis Específica 1.

Existe relación positiva y significativa entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Hipótesis Específica 2.

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Hipótesis Específica 3.

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Hipótesis Específica 4.

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Hipótesis Específica 5

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Hipótesis Específica 6

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

1.7. Objetivos**1.7.1. Objetivo General**

Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

1.7.2. Objetivos específicos**Objetivo específico 1.**

Determinar la relación que existe entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Objetivo específica 2.

Determinar la relación que existe entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Objetivo específica 3.

Determinar la relación que existe entre las habilidades relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Objetivo Específica 4

Determinar la relación que existe entre las habilidades sociales alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Objetivo Específica 5

Determinar la relación que existe entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Objetivo Específica 6

Determinar la relación que existe entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

II. Método

2.1 Diseño de investigación

Por su parte, Altuve y Rivas (1998) asegura que: “El diseño de una investigación, es una estrategia general que adopta el investigador como forma de abordar un problema determinado, que permite identificar los pasos que deben seguir para efectuar su estudio” (p. 231).

El diseño de esta investigación es no experimental, de corte transversal.

La investigación no experimental es también conocida como investigación Ex Post Facto, término que proviene del latín y significa después de ocurridos los hechos. De acuerdo con Kerlinger (1983) la investigación Ex Post Facto es un tipo de “... investigación sistemática en la que el investigador no tiene control sobre las variables independientes porque ya ocurrieron los hechos o porque son intrínsecamente manipulables,” (p.269)

Hernández, Fernández y Baptista (2010), sobre el corte transversal señalan: “Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. (p.151).

Tipo de investigación

Básica

Sobre la investigación básica, Valderrama (2013) expresó: “es conocida también como investigación teórica, pura o fundamental. Está destinada a aportar un cuerpo organizado de conocimientos científicos y no produce necesariamente resultados de utilidad práctica inmediata. Se preocupa por recoger información de la realidad para enriquecer el conocimiento teórico –científico, orientado al descubrimiento de principios y leyes.” (p.164).

Nivel de estudio:

Correlacional.

Hernández, Fernández y Baptista (2010). Indicaron que los estudios correlacionales tienen “como propósito conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular” (p. 81).

Método hipotético deductivo:

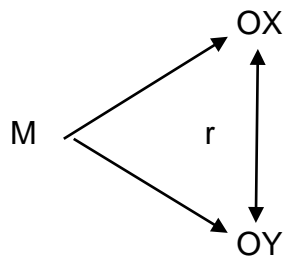
Ya que se usaran hipótesis para explicar nuestra investigación, y poderlas contrastar verificar con lo deducido.

Hernández, Fernández y Baptista (2014) "Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en el método y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías" (p. 4).

Enfoque

El enfoque de esta investigación corresponde al tipo cuantitativo, por cuanto se medirán las variables, se analizarán las mediciones con procedimientos estadísticos, para detallar las características de la variable y sus dimensiones para extraer las conclusiones.

El diagrama esquemático del diseño correlacional se denota:



Leyenda:

M = Muestra de estudio

X = Medición de la variable X

Y = Medición de la variable Y

O_1 = Coeficiente de relación

r = Correlación

2.2 Variables, operacionalización

2.2.1 Variable X: Habilidades sociales.

Definición conceptual

Goldstein (1989): Considera las habilidades sociales como un conjunto de habilidades y capacidades variadas como específicas para el contacto interpersonal y la solución de problemas de índole interpersonal, así como socioemocional, desde actividades de carácter básico hacia otras de características avanzadas e instrumentales(p. 46).

Definición operacional de habilidades sociales

Tomando como referencia a Golstein (1989), y su respectivo instrumento de medición, que determina la deficiencia y la competencia que tiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales, a partir de 50 ítems, agrupados en 6 áreas: Primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades sociales para hacer frente al estrés y habilidades de planificación.

2.2.2 Variable Y: Bienestar psicológico.

Definición conceptual

Sánchez-Cánovas (1998): En relación al bienestar psicológico hace referencia al estado de felicidad o bienestar (ambos conceptos son tomados como sinónimos por el autor) como la percepción subjetiva de la propia vida.

Definición operacional de bienestar psicológico

Tomando como referencia a José Sánchez Cánovas (1998), y su respectivo instrumento, que evalúa el grado de felicidad y satisfacción con la vida que la persona tiene, a partir de 40 ítems distribuidos en forma diferencial en 2 subescalas: Bienestar subjetivo y bienestar.

2.2.3 Operacionalización de variables

Tabla 1

Matriz de operacionalización de la variable Habilidades sociales

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos
Primeras habilidades sociales	Escuchar	01-08		Alta
	Iniciar una conversación			(30 – 40)
	Mantener una conversación			Media
	Formular una pregunta			(19 – 29)
Habilidades sociales avanzadas	Dar las gracias	09-14	Escala ORDINAL	Baja
	Presentarse			(8 – 18)
	Presentarse a otras personas			Alta
	Hacer un elogio.			(24 – 30)
Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Pedir ayuda	15-21	VALORES	Media
	Participar			(15 – 23)
	Dar instrucciones			Baja
	Seguir instrucciones			(6 – 14)
Habilidades alternativas a la agresión	Disculparse	22-30	Siempre(5) A menudo(3) A veces(3) Nunca(1)	Alta
	Convencer a los demás			(35 – 45)
	Conocer los propios sentimientos			Media
	Expresar sentimientos			(22 – 34)
Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Conocer los sentimientos de los demás	31-42		Baja
	Enfrentarse al enfado de otro			(7 – 16)
	Expresar afecto			Alta
	Resolver el miedo			(42 – 60)
Habilidades de planificación	Autorrecompensarse	43-50		Media
	Pedir permiso			(29 – 41)
	Compartir algo			Baja
	Ayudar a los demás			(12 – 28)
Habilidades de planificación	Negociar	43-50		Alta
	Empezar el autocontrol			(30 – 40)
	Defender los propios derechos			Media
	Responder a las bromas			(19 – 29)
Habilidades de planificación	Evitar los problemas con los demás	43-50		Baja
	No entrar en peleas			(8 – 18)
	Formular una queja			
	Responder a una queja			
Habilidades de planificación	Demostrar deportividad después de un juego	43-50		Alta
	Resolver la vergüenza			(30 – 40)
	Arreglárselas cuando te dejan de lado			Media
	Defender a un amigo			(19 – 29)
Habilidades de planificación	Responder a la persuasión	43-50		Baja
	Responder al fracaso			(8 – 18)
	Enfrentarse a los mensajes contradictorios			
	Responder a una acusación			
Habilidades de planificación	Prepararse para una conversación difícil	43-50		Alta
	Tomar iniciativas			(30 – 40)
	Discernir sobre la causa de un problema			Media
	Establecer un objetivo			(19 – 29)
Habilidades de planificación	Determinar las propias habilidades	43-50		Baja
	Recoger información			(8 – 18)
	Resolver los problemas según su importancia			
	Tomar una decisión			
Habilidades de planificación	Concentrarse en una tarea	43-50		Alta
				(30 – 40)
				Media
				(19 – 29)
Habilidades de planificación		43-50		Baja
				(8 – 18)

Nota: Tomado de Goldstein (1989)

Tabla 2

Matriz de operacionalización de la variable Bienestar psicológico

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y Valores	Niveles y rangos
Bienestar Psicológico Subjetivo	Felicidad	1 – 10	Escala	Alto (112 – 150) Medio (71 – 111) Bajo (30 – 70)
	Bienestar	11 – 20	ORDINAL	
	Satisfacción	21 – 30	VALORES Siempre(5) Casi siempre(4) Bastantes veces(3)	
Bienestar Material	Ingresos económicos	31-33 34- 36 37- 40	Algunas veces(2)	Alto (38 – 50) Medio (24 – 37) Bajo (10 – 23)
	Posesiones materiales y cuantificables		Nunca o casi nunca(1)	
	(satisfacción e insatisfacción)			

Nota: Tomado de Sánchez-Cánovas (1998)

2.3 Población, muestra y muestreo

Población

La población de estudio estuvo comprendida por estudiantes de la EAP de Física de la UNMSM, Lima. Los estudiantes hacen un número de 200 y sus edades fluctúan entre 17 y 26 años, según detalla el Sistema Único de Matrícula (2015).

Muestra

La muestra estuvo constituida por 132 estudiantes de la EAP de Física de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, equivalente al 68.0%. El tamaño de la muestra (n) se obtuvo de la fórmula de Arkin y Colton (1995) con un nivel de confianza del 95%, $d=0,05$; $N=200$; $Z=1,96$; $P=0,5$; $Q=0,5$.

$$n = \frac{NZ^2PQ}{d^2(N-1) + Z^2PQ}$$

$$n = (1,96^2 * 0.5 * 0.5 * 200) / (0.5 * 0,5 (200 - 1) + (1.96^2 * 0.5 * 0.5)) = 131,751$$

Donde n (Tamaño de la muestra) = 132

Tabla 3

Población y muestra de estudio

Estudiantes de la EAP de Física de la UNMSM, Lima	Población	Muestra
Estudiantes	200	132
Total	200	132
	100%	68%

Fuente: Registro de estudiantes de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Muestreo

Se aplicó el muestreo probabilístico, con la técnica de muestreo aleatorio al azar.

El proceso del muestreo consistió en elaborar el marco muestral alfabéticamente de los integrantes de la población, a quienes se les entregó un ticket numerado, y el talón se lo depositó en una ánfora y por sorteo se obtuvieron los 132 estudiantes, a quienes se les aplicó los dos instrumentos para la obtención de los datos.

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**2.4.1 Técnicas de recolección de datos.**

La técnica que se utilizó fue la encuesta, que Murphy (2005), la define como “un método sistemático que recolecta información de un grupo seleccionado de personas mediante preguntas” (p. 26)

Variable 1: Habilidades sociales

Se han tomado en cuenta los siguientes instrumentos:

Ficha técnica del Instrumento Habilidades sociales

Nombre del instrumento: Lista de chequeo de habilidades sociales
 Autor: Dr. Arnold P. Goldstein
 Traducción: Inicialmente traducida por Rosa Vásquez en 1983 y posteriormente la versión final fue traducida en nuestro medio en 1993 por Ambrosio Tomas Rojas en 1994-1995.

Adaptación:	Validación y estandarización en nuestro medio por
	Ambrosio Tomas Rojas en 1994-1995.
Administración:	Individual y colectiva
Ámbito de aplicación:	Institución educativa
Significación:	Es una lista de chequeo conductual que evalúa las habilidades sociales y mide las siguientes: Áreas: Grupo 1 Habilidades sociales básicas Grupo 2 Habilidades sociales avanzadas Grupo 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos Grupo 4 Habilidades alternativas a la agresión Grupo 5 Habilidades para hacer frente al estrés Grupo 6 Habilidades de planificación
Duración	15 minutos

Ficha técnica del Instrumento Bienestar psicológico

Nombre del instrumento:	Manual EBP Escala de Bienestar Psicológico
Autor:	José Sánchez Cánovas
Procedente:	TEA Ediciones (1998)
Aplicación:	Individual y colectiva
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos con edades comprendidas entre los 17 y 90 años
Duración:	20-25 minutos
Finalidad:	Evaluación del bienestar psicológico subjetivo del bienestar material

Ambos instrumentos utilizados en la investigación cuentan con la debida validación, es decir cuentan con la aprobación de expertos. Con el objetivo de medir la confiabilidad, es decir la consistencia interna de las pruebas realizadas – “Habilidades Sociales” y “Bienestar Psicológico” - se aplicó el método Alfa de

Cronbach. Además para la evaluación del nivel de fiabilidad de los coeficientes resultantes se utilizó los criterios de evaluación de George y Mallery (2003, p. 231).

2.4.2 Instrumentos de recolección de datos.

El instrumento que se utilizó fue un cuestionario con la Escala de Likert para ambas variables, que se aplicó a los estudiantes que conforman la muestra. La selección de los instrumentos se realizó después de efectuar la operacionalización de variables. Como consecuencia de este proceso se determinó utilizar una ficha de Cuestionario, estructurados con las dos variables, habilidades sociales y bienestar psicológico.

Tabla 4

Técnicas e instrumentos de datos

Variable	Técnicas	Instrumento
Habilidades sociales	Encuesta	Cuestionario.
Bienestar psicológico	Encuesta	Cuestionario

2.4.3 Validez de los instrumentos.

La validez para Hernández (2006) “se refiere al grado en que un instrumento refleja un dominio específico de contenido de lo que mide”. (p. 428)

Para la validez se ha considerado la técnica de opinión de expertos y su instrumento el informe de juicio de expertos, aplicado y desarrollado un metodólogo y dos temáticos en educación para validar el instrumento.

Tabla 5

Validez del contenido por juicio de expertos del instrumento Habilidades sociales

Nº	Grado académico	Nombres y apellidos del experto	Dictamen
1	Dr.	Luis Nuñez Lira	Aplicable
2	Dr.	Heraclito Chacon Sanchez	Aplicable
3	Dr.	Angel Salvatierra Melgar	Aplicable

Fuente. Opinión de expertos

El instrumentos fue validado por juicio de expertos, para el instrumento habilidades sociales el dictamen obtenido es que el instrumento fue aplicable

Tabla 6

Validez del contenido por juicio de expertos del instrumento Bienestar Psicológico

Nº	Grado académico	Nombres y apellidos del experto	Dictamen
1	Dr.	Luis Nuñez Lira	Aplicable
2	Dr.	Heraclito Chacon Sánchez	Aplicable
3	Dr.	Angel Salvatierra Melgar	Aplicable

Fuente. Opinión de expertos

El instrumentos fue validado por juicio de expertos, para el instrumento bienestar psicológico el dictamen obtenido es que el instrumento fue aplicable.

2.4.4 Confiabilidad del Instrumento

Para la confiabilidad, se aplicó el instrumento a 25 estudiantes con una prueba piloto, donde los estudiantes tenían similares características que la muestra.

La confiabilidad del cuestionario para medir el asertividad, se obtuvo mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, cuya fórmula es:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k - 1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right],$$

Dónde:

S_i^2 es la varianza del ítem i ,

S_t^2 es la varianza de los valores totales observados y

k es el número de preguntas o ítems.

Tabla 7

Interpretación del coeficiente de confiabilidad

Valores	Nivel
De -1 a 0	No es confiable
De 0.01 a 0.49	Baja confiabilidad
De 0.50 a 0.75	Moderada confiabilidad
De 0.76 a 0.89	Fuerte confiabilidad
De 0.90 a 1.00	Alta confiabilidad

Fuente: Ruiz (2002)

Tabla 8

Resultados del análisis de confiabilidad del instrumento que mide Habilidades sociales y bienestar psicológico

Instrumento	Alfa de Cronbach	Nº ítems
Habilidades sociales	0,954	50
Bienestar psicológico	0,921	40

Fuente. Elaboración propia

Como se observa en la tabla 9, el Alfa de Cronbach para habilidades sociales fue 0,954 y para bienestar psicológico fue 0,921, por lo tanto, podemos afirmar que los instrumentos para medir habilidades sociales y bienestar psicológico tienen una alta confiabilidad.

2.5 Método de análisis de datos

Se hará uso de los siguientes métodos:

Análisis descriptivo: Es aquella que se centra en responder la pregunta ¿Cómo es? Una determinada parte de la realidad, que es el objeto de estudio (Caballero, 2005, pág. 559), este método se utilizó con la finalidad de identificar, establecer, analizar y explicar las variables, habilidades sociales, bienestar psicológico y sus dimensiones haciendo uso del software estadístico SPSS 25.

Análisis inferencial: Dicho análisis se realizó con un nivel de significancia estadística de $p < .05$, asimismo se determinó el uso de estadísticos de relación

Coeficiente de Correlación de Spearman, empleándose el programa informático SPSS, versión 25 para Windows.

2.6 Aspectos éticos

El fin de la investigación es conocer, para lo cual se requiere recoger la información en la forma más objetiva y fidedigna posible; se requiere por ello encuestar a los estudiantes de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, que previamente hayan aceptado y dado su autorización para la aplicación de los instrumentos que requiere la investigación.

Asimismo, se mantiene la reserva y el anonimato de los sujetos investigados, el respeto hacia el evaluado en todo momento y resguardando los instrumentos respecto a las respuestas minuciosamente evitando juzgar si fueron las más acertadas para el participante.

El presente trabajo asume como consideración ética la confidencialidad de la información obtenida, para evitar subjetividades (juzgamientos) entre los estudiantes que expresan sus opiniones acerca de la variable habilidades sociales como de bienestar psicológico

III. Resultados

3.1. Análisis descriptivo

3.1.1 Variable: Habilidades sociales

Tabla 9

Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales

Habilidades sociales	Frecuencia	Porcentaje
Baja	32	24,2
Media	56	42,4
Alta	44	33,3
Total	132	100,0

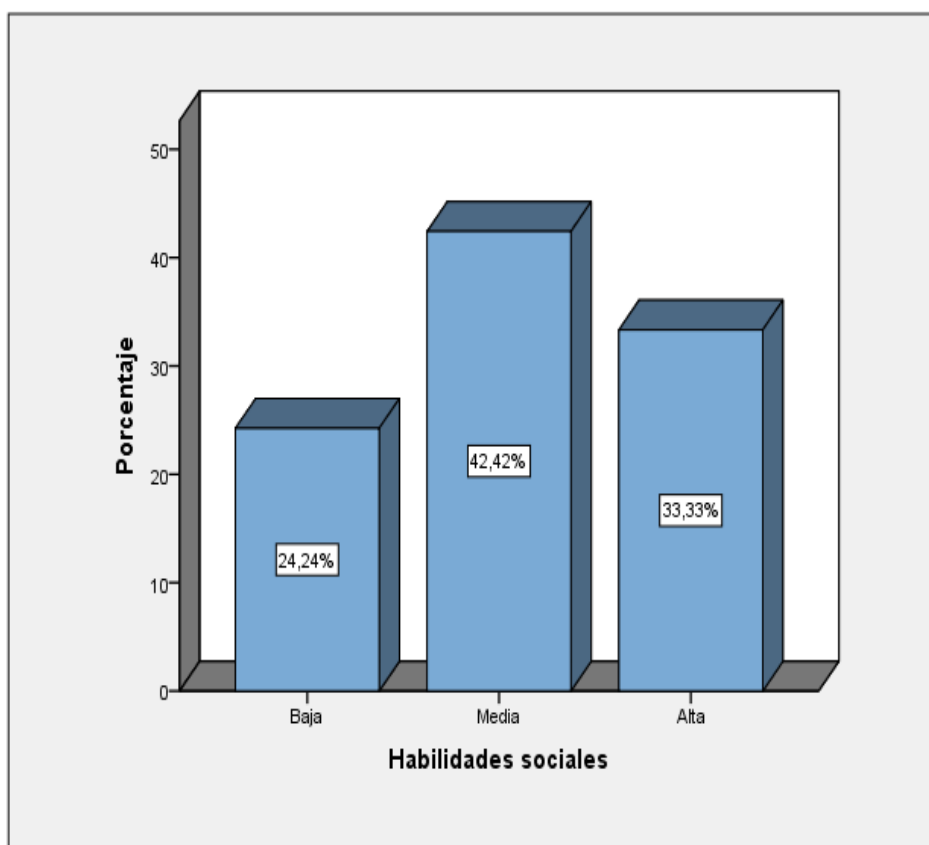


Figura 1. Habilidades sociales

De acuerdo con la figura 1 y tabla 9 de datos, el 24.2% perciben un nivel bajo en la variable habilidades sociales; el 42.4% un nivel medio y el 33.3% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la variable habilidades sociales.

3.1.1.1 Dimensión: Primeras habilidades sociales

Tabla 10

Distribución de frecuencias de la percepción en las Primeras habilidades sociales

Primeras habilidades sociales	Frecuencia	Porcentaje
Baja	29	22,0
Media	64	48,5
Alta	39	29,5
Total	132	100,0

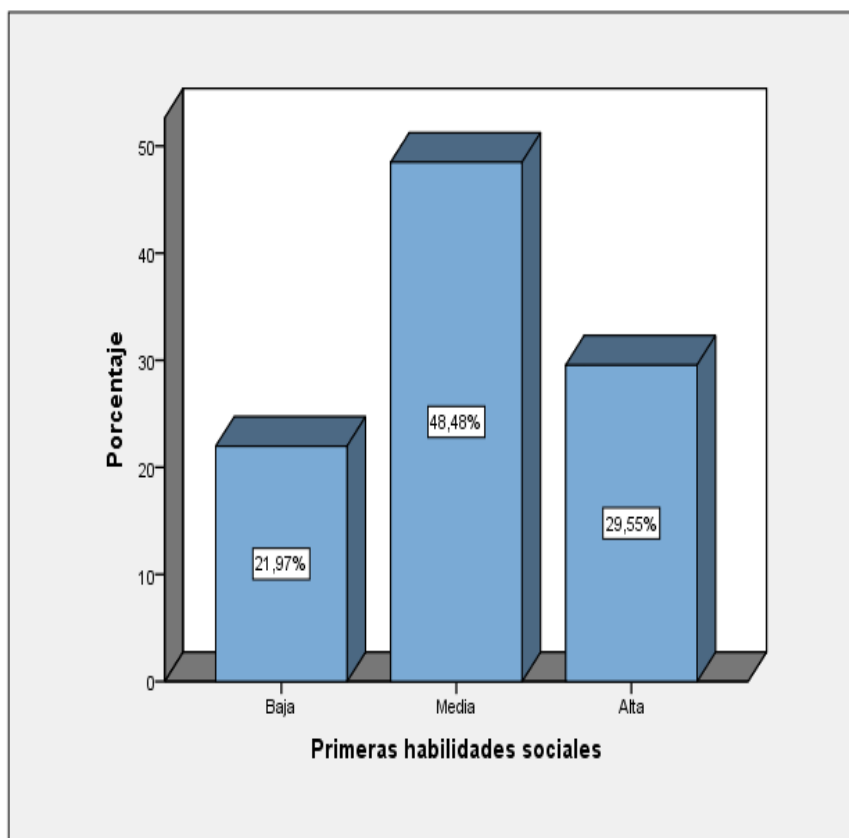


Figura 2. Primeras habilidades sociales

De acuerdo con la figura 2 y tabla 10 de datos, el 22.0% perciben un nivel bajo en la dimensión primeras habilidades sociales; el 48.5% un nivel medio y el 29.5% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la dimensión primeras habilidades sociales.

3.1.1.2 Dimensión: Habilidades sociales avanzadas

Tabla 11

Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales avanzadas

Habilidades sociales avanzadas	Frecuencia	Porcentaje
Baja	31	23,5
Media	59	44,7
Alta	42	31,8
Total	132	100,0

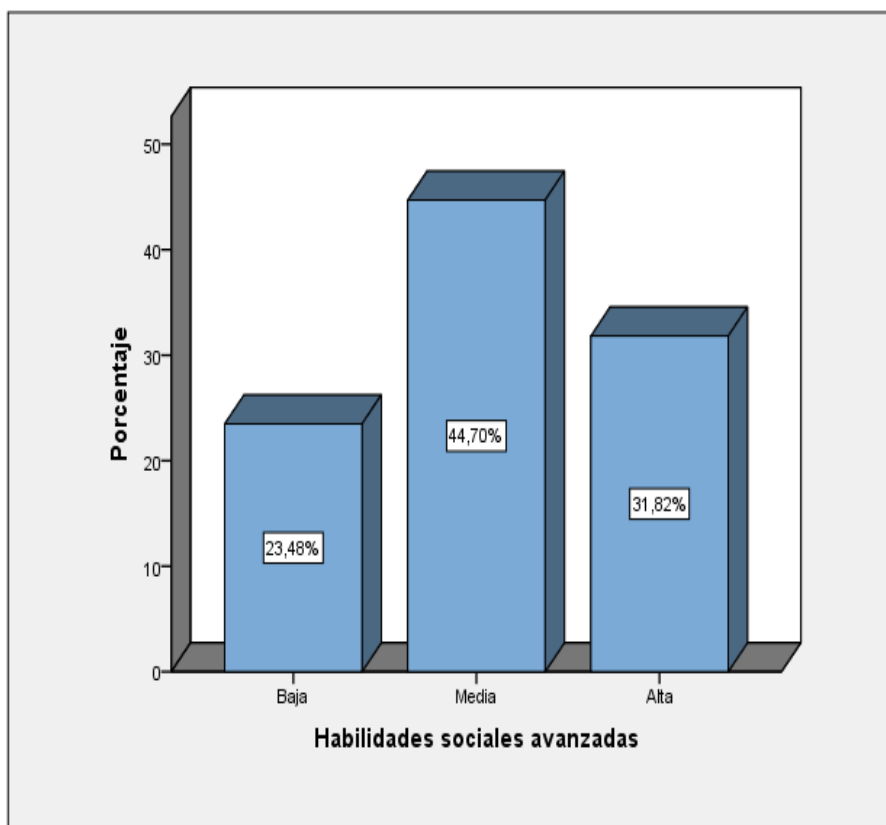


Figura 3. Primeras habilidades sociales

De acuerdo con la figura 3 y tabla 11 de datos, el 23.5% perciben un nivel bajo en la dimensión habilidades sociales avanzadas; el 44.5% un nivel medio y el 31.8% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la dimensión habilidades sociales avanzadas.

3.1.1.3 Dimensión: Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

Tabla 12

Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Frecuencia	Porcentaje
Baja	33	25,0
Media	58	43,9
Alta	41	31,1
Total	132	100,0

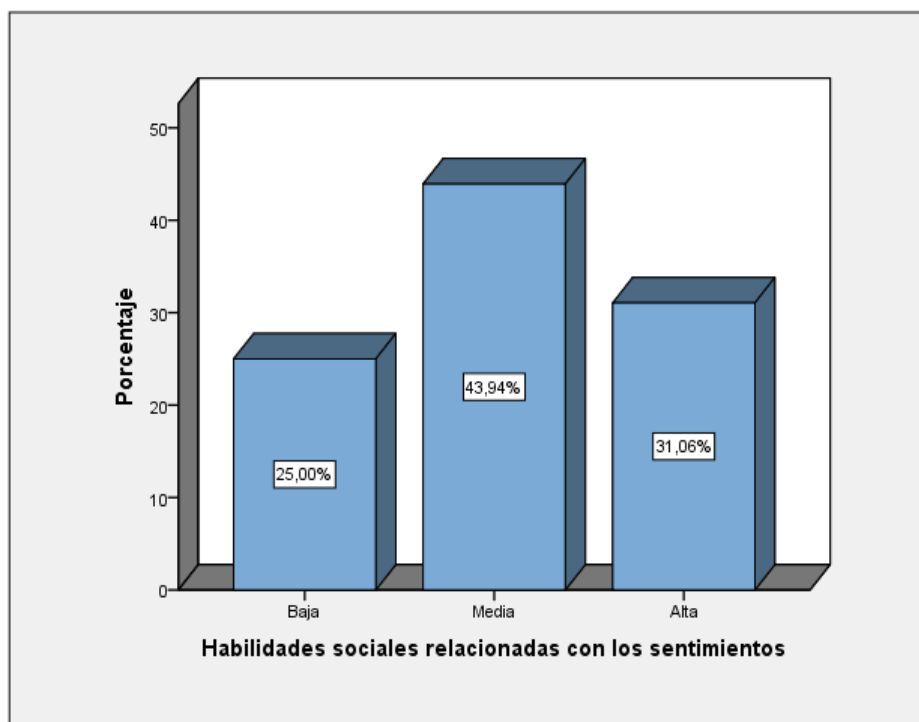


Figura 4. Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos

De acuerdo con la figura 4 y tabla 12 de datos, el 25.0% perciben un nivel bajo en la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos; el 43.9% un nivel medio y el 31.1% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la dimensión habilidades sociales relacionadas con los sentimientos.

3.1.1.4 Dimensión: Habilidades alternativas a la agresión

Tabla 13

Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades alternativas a la agresión

Habilidades alternativas a la agresión	Frecuencia	Porcentaje
Baja	31	23,5
Media	58	43,9
Alta	43	32,6
Total	132	100,0

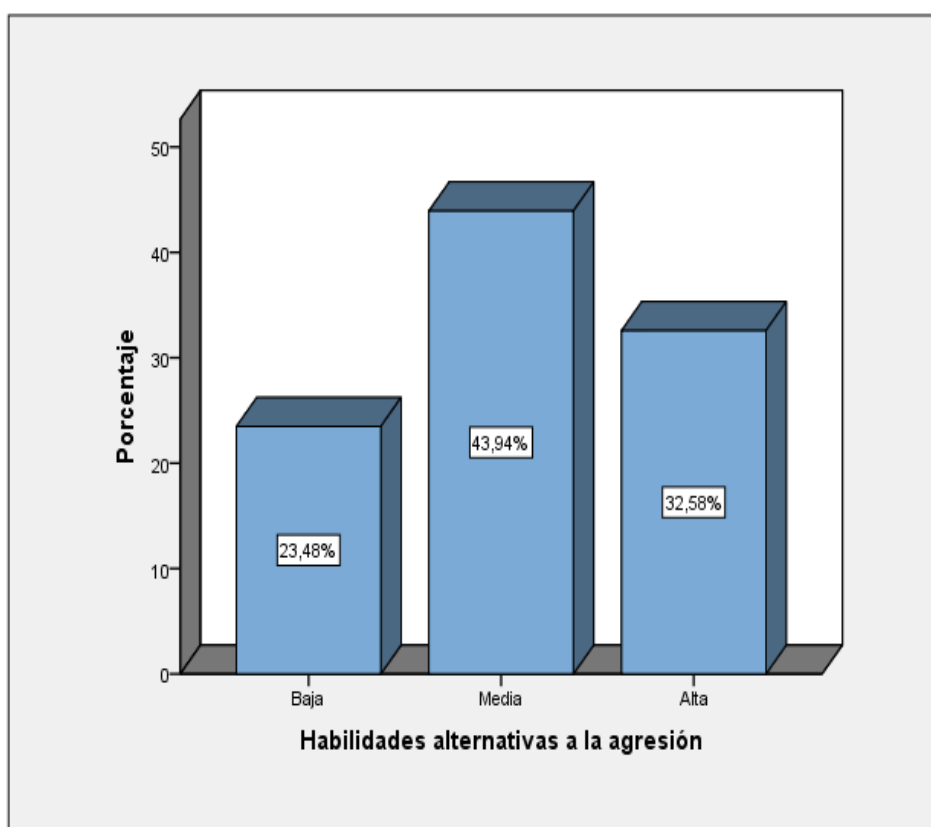


Figura 5. Habilidades alternativas a la agresión

De acuerdo con la figura 5 y tabla 13 de datos, el 23.5% perciben un nivel bajo en la dimensión habilidades alternativas a la agresión; el 43.9% un nivel medio y el 32.6% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la dimensión habilidades alternativas a la agresión.

3.1.1.5 Dimensión: Habilidades sociales para hacer frente al estrés

Tabla 14

Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades sociales para hacer frente al estrés

Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Frecuencia	Porcentaje
Baja	32	24,2
Media	59	44,7
Alta	41	31,1
Total	132	100,0

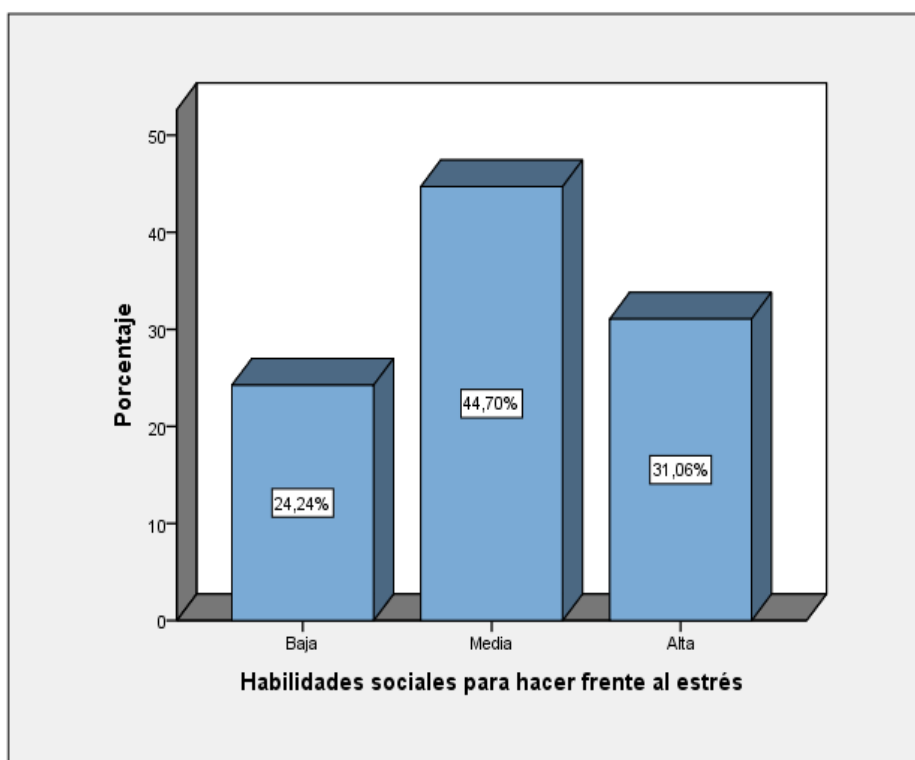


Figura 6. Habilidades sociales para hacer frente al estrés

De acuerdo con la figura 6 y tabla 14 de datos, el 24.2% perciben un nivel bajo en la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés; el 44.7% un nivel medio y el 31.1% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la dimensión habilidades sociales para hacer frente al estrés.

3.1.1.6 Dimensión: Habilidades de planificación

Tabla 15

Distribución de frecuencias de la percepción en las Habilidades de planificación

Habilidades de planificación	Frecuencia	Porcentaje
Baja	33	25,0
Media	56	42,4
Alta	43	32,6
Total	132	100,0

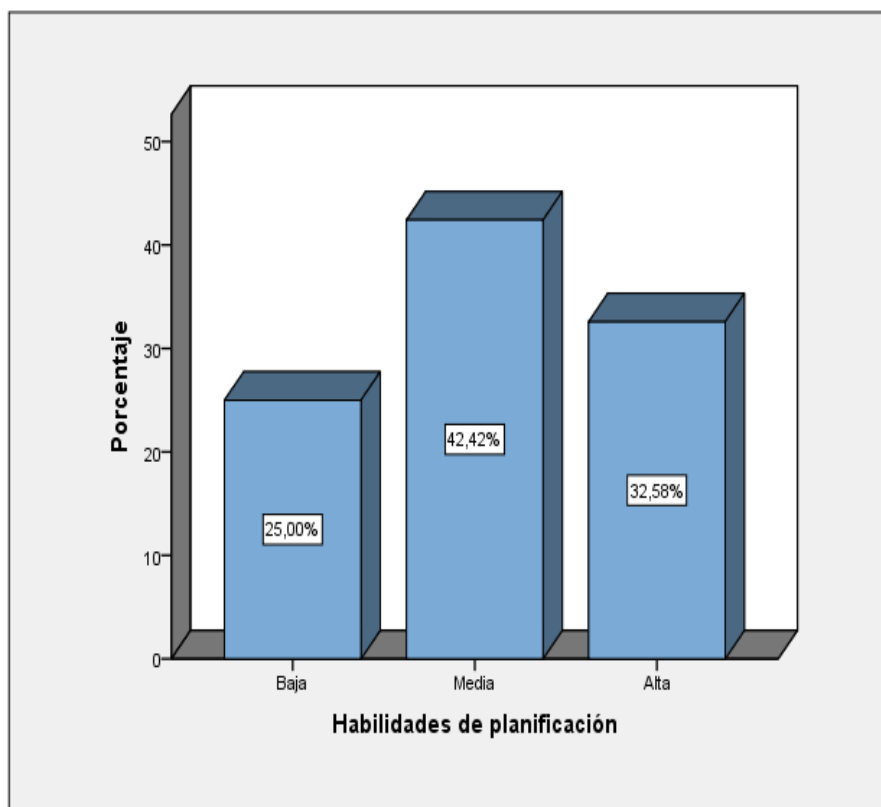


Figura 7. Habilidades sociales para hacer frente al estrés

De acuerdo con la figura 7 y tabla 15 de datos, el 25.0% perciben un nivel bajo en la dimensión habilidades de planificación; el 42.4% un nivel medio y el 32.6% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la dimensión habilidades de planificación.

3.1.2 Variable: Bienestar Psicológico

Tabla 16

Distribución de frecuencias de la percepción en el Bienestar Psicológico

Bienestar Psicológico	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	23,5
medio	58	43,9
Alto	43	32,6
Total	132	100,0

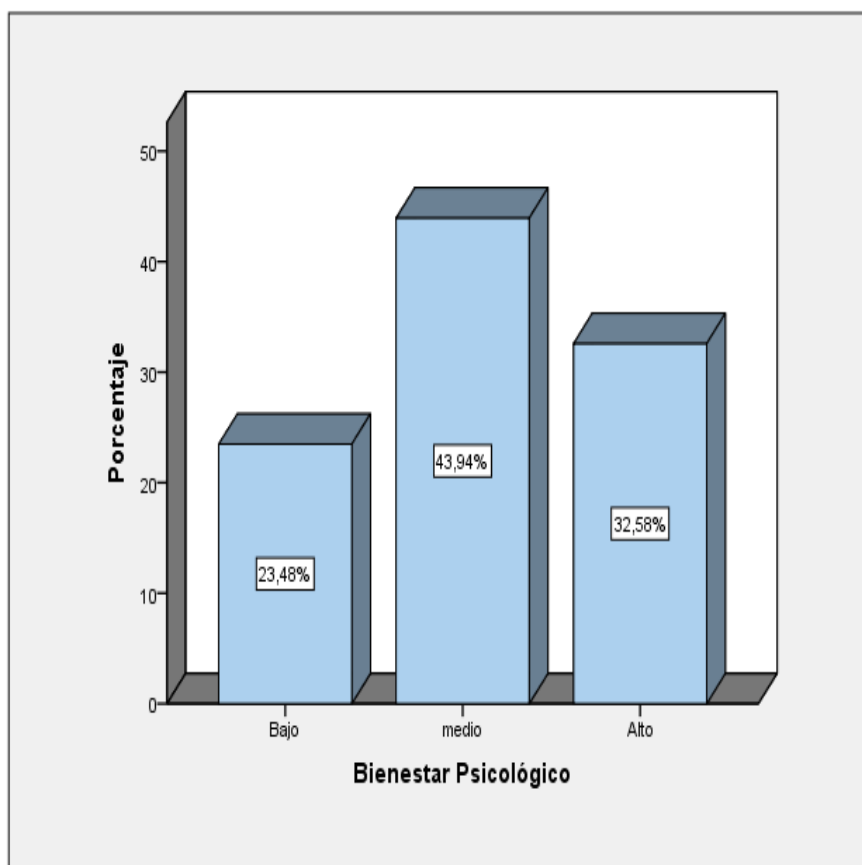


Figura 8. Bienestar Psicológico

De acuerdo con la figura 8 y tabla 16 de datos, el 23.5% perciben un nivel bajo en la variable bienestar Psicológico; el 43.9% un nivel medio y el 32.6% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la variable bienestar Psicológico.

3.1.2.1 Dimensión: Bienestar Psicológico Subjetivo

Tabla 17

Distribución de frecuencias de la percepción en el Bienestar Psicológico Subjetivo

Bienestar Psicológico Subjetivo	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	32	24,2
medio	59	44,7
Alto	41	31,1
Total	132	100,0

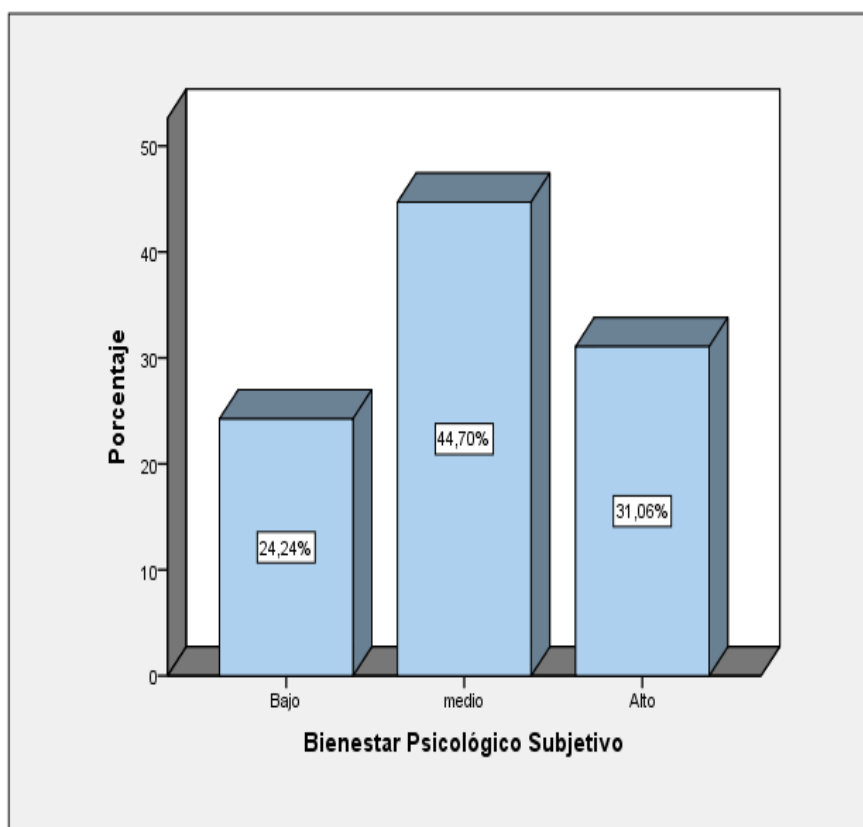


Figura 9. Bienestar Psicológico Subjetivo

De acuerdo con la figura 9 y tabla 17 de datos, el 24.2% perciben un nivel bajo en la variable bienestar Psicológico Subjetivo; el 44.7% un nivel medio y el 31.1% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la variable bienestar Psicológico Subjetivo.

3.1.2.1 Dimensión: Bienestar Material

Tabla 18

Distribución de frecuencias de la percepción en el Bienestar Material

Bienestar Material	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	23,5
medio	62	47,0
Alto	39	29,5
Total	132	100,0

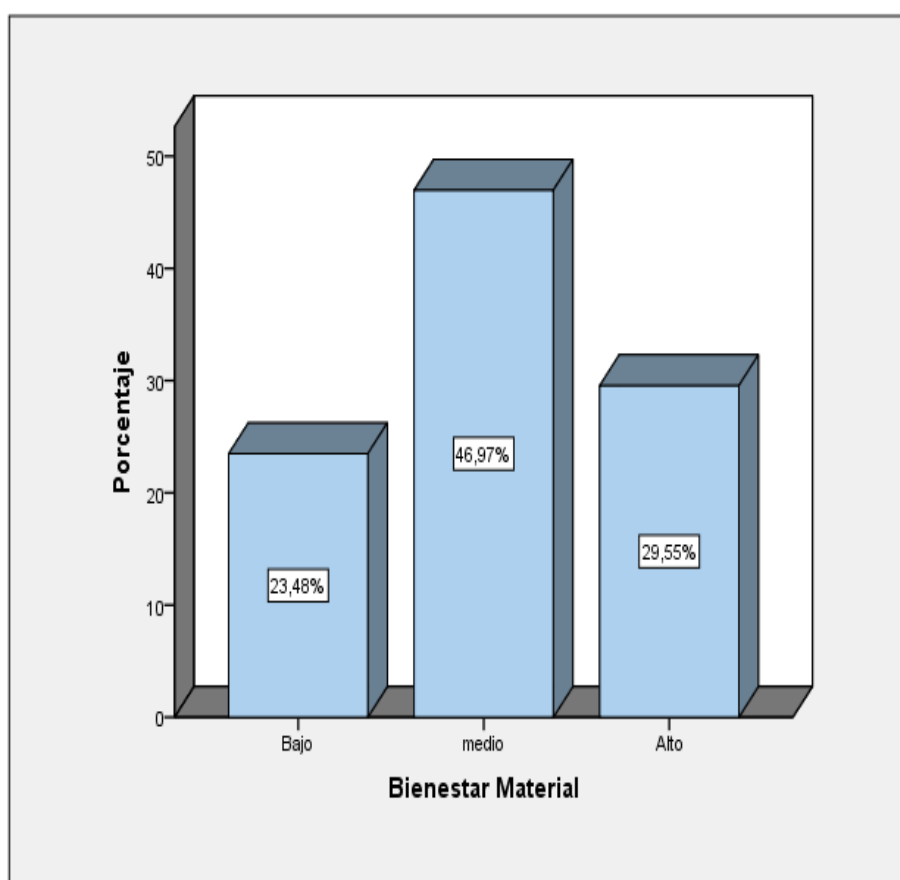


Figura 10. Bienestar Material

De acuerdo con la figura 10 y tabla 18 de datos, el 23.5% perciben un nivel bajo en la variable bienestar Material; el 47.0% un nivel medio y el 29.5% un nivel alta, siendo el nivel medio el predominante en la variable bienestar Material.

Tabla 19

Distribución de frecuencias y porcentajes de Habilidades sociales y Bienestar Psicológico

Habilidades sociales		Bienestar Psicológico			Total
		Bajo	medio	Alto	
Baja	Recuento	29	1	2	32
	% dentro de Habilidades sociales	90,6%	3,1%	6,3%	100,0%
	% del total	22,0%	0,8%	1,5%	24,2%
Media	Recuento	1	53	2	56
	% dentro de Habilidades sociales	1,8%	94,6%	3,6%	100,0%
	% del total	0,8%	40,2%	1,5%	42,4%
Alta	Recuento	1	4	39	44
	% dentro de Habilidades sociales	2,3%	9,1%	88,6%	100,0%
	% del total	0,8%	3,0%	29,5%	33,3%
Total	Recuento	31	58	43	132
	% dentro de Habilidades sociales	23,5%	43,9%	32,6%	100,0%
	% del total	23,5%	43,9%	32,6%	100,0%

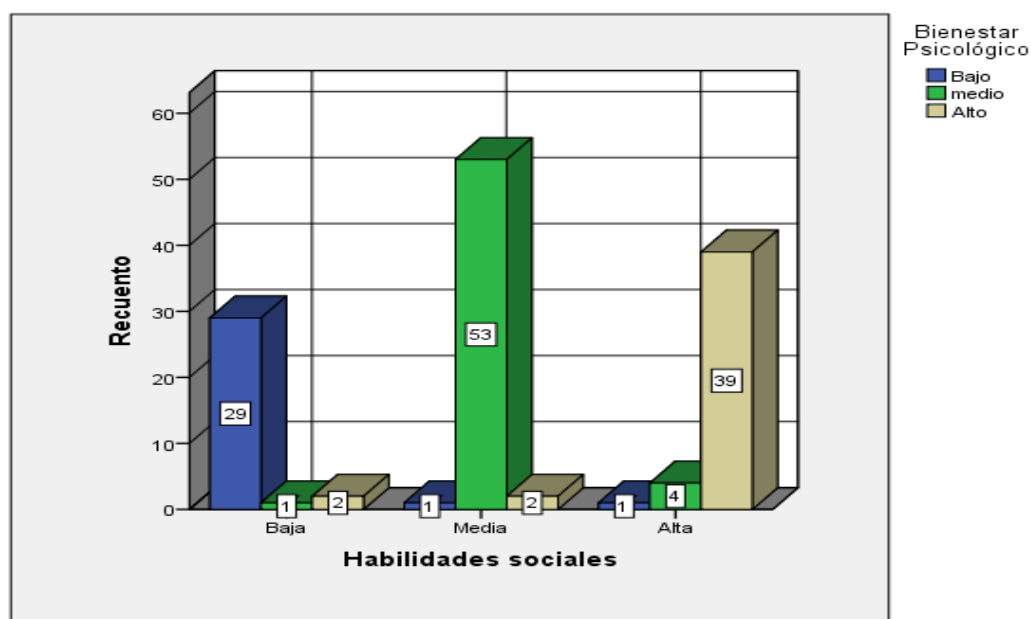


Figura 11. Gráfica de barras de Habilidades sociales y Bienestar Psicológico

De acuerdo a la figura 11 y tabla 19 de datos, el 90.6% de habilidades sociales perciben un nivel bajo y un nivel bajo en Bienestar Psicológico, el 44.6% un nivel medio en de habilidades sociales y medio en Bienestar Psicológico, el 88.6% un nivel alta en de habilidades sociales y alto en Bienestar Psicológico, siendo los niveles predominantes el medio, el 43.9% un nivel medio en habilidades sociales y el 42.4 el nivel medio en el bienestar psicológico.

3.2. Prueba de normalidad

La estadística, el Test de Kolmogorov-Smirnov se usa para contrastar la normalidad de un conjunto de datos. Se plantea como hipótesis nula H_0) que una muestra proviene de una población normalmente distribuida. ($n > 50$).

Regla de decisión:

Si $\text{sig} > 0.05$ la muestra proviene de una población normal

Si $\text{sig} < 0.05$ la muestra no proviene una población normal

Tabla 20

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para $n > 50$

Pruebas de normalidad	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Primeras habilidades sociales	,108	132	,001
Habilidades sociales avanzadas	,101	132	,002
Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	,087	132	,017
Habilidades alternativas a la agresión	,101	132	,002
Habilidades sociales para hacer frente al estrés	,154	132	,000
Habilidades de planificación	,089	132	,012
Habilidades sociales	,050	132	,000*
Bienestar Psicológico	,151	132	,000
Bienestar Psicológico Subjetivo	,149	132	,000
Bienestar Material	,154	132	,000

Decisión estadística

De acuerdo a los resultados de la matriz de normalidad, se evidencia que el $\text{sig} < 0,05$ los resultados orientan que la muestra no es homogénea; por lo tanto se concluye que la muestra no proviene de una población normal, en consecuencia la prueba de hipótesis se hará con el estadístico no paramétrico; el coeficiente de correlación rho de Spearman.

3.3 Resultados de correlación

3.2.1 Habilidades sociales y el bienestar psicológico

Hipótesis General

Ho: No existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

H1: Existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Nivel de significación:

El nivel de significación teórica $\alpha = 0.05$
que corresponde a un nivel de confiabilidad del 95%

Regla de decisión:

El nivel de significación " p " es menor que α , rechazar H_0 .
El nivel de significación " p " no es menor que α , no rechazar H_0 .

Prueba estadística

La prueba estadística empleando el estadístico inferencial rho de Spearman

Tabla 21.

Coefficiente de correlación de Spearman: Habilidades sociales y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades sociales	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,726**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,726**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.726$) y directamente proporcional, entre habilidades sociales y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis general.

3.2.2 Primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico

Hipótesis específica 1

Ho: No existe relación positiva y significativa entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

H1: Existe relación positiva y significativa entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 22.

Coeficiente de correlación de Spearman: Primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico

Correlaciones			Primeras habilidades sociales	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Primeras habilidades sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,624**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,624**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.624$) y directamente proporcional, entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 1.

3.2.3 Las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico

Hipótesis específico 2

Ho: No existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

H1: Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Tabla 23.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico

		Correlaciones		Habilidades sociales avanzadas	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades sociales avanzadas	Coeficiente de correlación	1,000	,652**	
		Sig. (bilateral)	.	,000	
		N	132	132	
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,652**	1,000	
Sig. (bilateral)		,000	.		
N		132	132		

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r = 0.652$) y directamente proporcional, entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 2.

3.2.4 Las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico

Hipótesis específico 3

Ho: No existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

H1: Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 24.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Coeficiente de correlación	1,000	,631**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,631**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.631$) y directamente proporcional, entre las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 3.

3.2.5 Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

Hipótesis específico 4

Ho: No existe relación positiva y significativa entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

H1: Existe relación positiva y significativa entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 25.
Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

		Correlaciones		Habilidades alternativas a la agresión	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades alternativas a la agresión	Coeficiente de correlación		1,000	,611**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		132	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación		,611**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		132	132

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r = 0.611$) y directamente proporcional, entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 4.

3.2.6 Las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico

Hipótesis específico 5

Ho: No existe relación positiva y significativa entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

H1: Existe relación positiva y significativa entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 26.
Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

Correlaciones		Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,610**
		N	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,610**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	132

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r = 0.610$) y directamente proporcional, entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 5.

3.2.7 Las habilidades de planificación y el bienestar psicológico

Hipótesis específico 6

Ho: No existe relación positiva y significativa entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

H1: Existe relación positiva y significativa entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 27.
Coeficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades de planificación	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades de planificación	Coeficiente de correlación	1,000	,647**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,647**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

Decisión estadística

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r = 0.647$) y directamente proporcional, entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 6.

IV. Discusión

Discusión

Por la presente investigación se observó que las habilidades sociales avanzadas: Pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás, dentro de las variables consideradas tienen un valor de correlación más cerca a uno, eso quiere decir un valor mayor con respecto a habilidades gerenciales y bienestar psicológico de 0.726 según tabla 21. A diferencia que el menor valor de correlación dentro de las dimensiones es “Habilidades relacionadas con los sentimientos” que tienen un valor de 0,631 según tabla 24, estos resultados nos indican que de los estudiantes participantes en la investigación, como objetos de estudio, se concluye que las habilidades sociales avanzadas se correlacionan más con el bienestar psicológico, mientras que las habilidades relacionadas con los sentimientos se correlaciona menos al bienestar psicológico.

En la investigación de Velásquez (2009), quien en su objeto de estudio tiene a adolescentes y preadolescentes, su muestra da como resultado una relación baja y positiva entre las variables: habilidades sociales y filosofía de vida. En la presente investigación, que se direcciona a estudiantes universitarios, que tienen otro entorno de desarrollo personal, se obtuvo una relación moderada entre las habilidades sociales y el bienestar psicológico según tabla 3, donde se obtiene en la escala de moderado el 58% y alto el 42%, y para la correlación del estadístico Rho de Spearman en la constatación de hipótesis se obtuvo un valor de 0,726 según la tabla 21. Se evidencia en el primer estudio que existe una situación de causa de parte de las habilidades sociales para la variable filosofía de la vida. Asimismo se evidencia en la segunda investigación que existe una situación de caiusa de parte de las habilidades sociales para la variable bienestar psicológico. En ambos casos es importante trabajar en programas en el sector educativo de todos los niveles de formación promoviendo las habilidades sociales.

Por otro lado en la investigación de Salas (2012), sincroniza con la nuestra con la variable bienestar psicológico, asimismo Salas considera como segunda variable de correlación el Síndrome de Burnout (que se caracteriza por la falta de motivación y un progresivo agotamiento físico y mental) que se asocia a nuestra investigación, porque en una de las dimensiones consideradas se encuentra las

habilidades para hacer frente al stress y el bienestar psicológico que se relacionan; pudiendo afirmar en la estadística descriptiva de nuestra investigación los siguientes resultados según la tabla 8: moderado 48% y alto 52%, eso significa que la relación de las variables se distribuyen en la escala de modelado y alto; ambas investigaciones se encuentran dentro del diseño descriptivo correlacional. En la investigación de Salas se obtiene un dato interesante como son las diferencias estadísticamente significativas en el bienestar psicológico, encontrándose en todos los casos que las puntuaciones de aquellos que tienen pareja, superan a los que no la tienen, se puede demostrar que al estar con paraje se obtiene un mejor bienestar psicológico. Aquí queda una iniciativa para que en las próximas investigaciones a estudiantes consideremos la condición de emparejado

En la investigación de Meza (2012) como en la presente, se consideran las mismas características en la unidad de investigación, que vienen a ser los estudiantes universitarios; asimismo, Meza ha utilizado pruebas estandarizas: Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Inversión desarrollada por Rusbult, mientras que en nuestra investigación se encuentra el cuestionario de Habilidades Sociales de Golstein y la Escala de Bienestar Psicológico de José Sánchez Cánovas. Se puede evidenciar que en efecto, existe correlación positiva entre bienestar psicológico y la inversión, este resultado concuerda con lo encontrado con el antecedente Salas (2012) que indica que existen mejoras cuando se tiene el estado de personas investigadas con pareja.

El antecedente Galarza (2012) es similar con nuestra investigación con respecto a la variable habilidades sociales, el diseño aplicado en ambas tesis es correlacional; sin embargo en los resultados obtenidos con los estudiantes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas, se ha comprobado que las tendencias que presentaron en su nivel de habilidades sociales es medio a bajo en la correlación con la variable clima social familiar, no obstante en nuestra investigación en las primeras habilidades sociales: Escuchar, Iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las "gracias", presentarse, presentar a otras personas y hacer un cumplido, tenemos un resultado: moderado con 58% y alto de 42% según ttabla 4, asimismo en la tabla 11 el valor de Rho de

Spearman es igual a 0,451. Esto conlleva que en nuestro caso la correlación es moderada entre: primeras habilidades sociales y bienestar psicológico; mientras que Galarza presenta una correlación media baja.

En la tesis de Condori (2013) se considera las variables: Autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios, similar a la presente investigación por la variable bienestar psicológico en la dimensión Condori en su investigación concluyó que existe relación inversa entre la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico, eso quiere decir que si una variable sube la otra baja. En nuestra investigación sobre “las habilidades para hacer frente al estrés” y el bienestar psicológico se obtuvo una correlación de 0.444 según la tabla 15, lo que indica que la correlación es baja positiva, significa que si los valores de las habilidades para hacer frente al estrés suben, también sube el bienestar psicológico.

Para Giménez (2010), dentro de los antecedentes internacionales, en su tesis doctoral sobre la medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes: Relación con el bienestar psicológico, tiene correspondencia con nuestra tesis con afinidad a la última variable. En lo investigado por Giménez predomina el afecto positivo frente al negativo y tienen puntuaciones más altas en autoestima positiva que en negativa. En nuestra investigación se planteó la hipótesis específica: Existe relación significativa entre las habilidades relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015, dando un valor de relación según el estadístico Rho de Spearman de 0.412 según la tabla 13. Se refuerza que ambas situaciones buscan demostrar que el bienestar psicológico ayuda al bienestar de las personas investigadas.

En las conclusiones obtenidas por Rincón (2011), la correlación entre habilidades sociales e inteligencia emocional fue positiva media (0.64), lo que indica que a medida que aumenta una la otra también, en nuestra investigación la correlación entre habilidades sociales y bienestar psicológico se obtuvo un valor de (0,504) según la tabla 10, lo que indica que la variable causa habilidades sociales produce correlación positiva en la inteligencia emocional y en el bienestar

psicológico se obtuvo un valor de correlación

La investigación de Moreno (2011), donde considera el desarrollo de habilidades sociales: pedir ayuda, manejar estrés y manejo de emociones como estrategia de integración al bachillerato, concuerda con nuestro objeto de estudio: los estudiantes universitarios. La primera tiene como resultado que las habilidades sociales favorecen el desarrollo escolar; en nuestra investigación sobre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico se obtuvo el valor de 0.444 según la tabla 15, esto indica nuevamente que las habilidades sociales producen mejoras de integración y bienestar psicológico.

Se estima que en la investigación de Leal-Soto, Dávila y Valdivia (2014), encuentran una correlación entre el bienestar psicológico prácticas docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje (PDEM-A) con valor de 0.61, aquí el bienestar psicológico se encuentra como variable causa, sin embargo en nuestra investigación se encuentra como variable efecto, eso nos da una visión que esta variable se puede trabajar en ambas posiciones en el planteamiento de una investigación.

V. Conclusiones

Conclusiones

Primera: Al hacer el contraste de la hipótesis general, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades sociales tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.726$, $p < 0.05$).

Segunda: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 1, existen evidencias suficientes para afirmar que las primeras habilidades sociales tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.624$, $p < 0.05$).

Tercera: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 2, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades sociales avanzadas tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.652$, $p < 0.05$).

Cuarta: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 3, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.631$, $p < 0.05$).

Quinta: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 4, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades alternativas a la agresión tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.611$, $p < 0.05$).

Sexta: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 5, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades para hacer frente al estrés tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.610$, $p < 0.05$).

Séptima: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 6, existen evidencias suficientes para afirmar que habilidades de planificación tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.647$, $p < 0.05$).

VI. Recomendaciones

Recomendaciones

Primera: Es necesario generar líneas de investigación que amplíen la visión referente a la realidad, ya que los resultados obtenidos en la presente investigación (Se evidencia que existe buena orientación con respecto al nivel de las habilidades sociales y el bienestar psicológico, los datos reflejan que el nivel del bienestar psicológico es eficiente con el 61% de percepción, mientras que el nivel de las habilidades sociales es moderado con el 58% de percepción) no se hacen visibles, contrariamente se evidencia un bajo nivel en ambos aspectos en los estudiantes de la E.A.P. de Física de la UNMSM.

Segunda: Se recomienda promover en los directivos, docentes, así como en el personal administrativo de la E.A.P. de Física de la UNMSM la importancia de internalizar y cultivar las habilidades sociales y el bienestar psicológico. Esto a través de talleres y charlas tendientes al reforzamiento de las mismas, presupuestadas en el plan de trabajo anual de la Facultad de Ciencias Físicas, a cargo de personal especializado en el tema (psicólogo).

Tercera: Los directivos, personal docente y administrativo deben ser modelo para los estudiantes, motivándolos a lograr el afloramiento de sus habilidades sociales en sus relaciones personales, sobretodo en el ambiente de estudio, así como en la manifestación de un positivo nivel de bienestar psicológico.

Cuarta: Se recomienda promover en los estudiantes de la E.A.P. de Física de la UNMSM la importancia de exteriorizar en el ambiente académico sus habilidades sociales, así como el bienestar psicológico. Esto a través de talleres y charlas. Programadas y presupuestadas en el plan de trabajo anual de la Facultad de Ciencias Físicas, a cargo de personal especializado en el tema (psicólogo).

Quinta: La presente investigación requiere de un análisis a mayor profundidad, de una investigación ulterior para dar respuesta a importantes preguntas. Se puede considerar para una nueva investigación factores como la ansiedad condicionada, evaluación cognitiva deficiente, falta de motivación, obstáculos ambientales restrictivos, entre otros.

VIII. Referencias

Referencias

- Betina, I. (2015). *Las habilidades sociales y bienestar psicológico en niños y adolescentes*. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos (tesis maestría) Universidad Nacional de San Luis-Argentina
- Caballo, V. (1998). *Desarrollo de las habilidades sociales. Manual de habilidades sociales en psicología clínica y de la salud*. Siglo XXI. Madrid España.
- Carrasco, M.E. (2014). *Perfil socioeconómico y de salud del ingresante 2014 a la Escuela Académico Profesional de Física (138-UB-DACD-FCF)*. UNMSM- FCF.
- Casullo, M y Castro Solano, A. (2000). *Evaluación del Bienestar Psicológico*. Revista de Psicología. XVIII, 2, 37-68.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Choque, R. & Chirinos, J. (2009). *Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes Escolares de Huancavelica*. Rev. Salud pública, 11 (2), 169-181. Recuperado de <http://www.scielosp.org/pdf/rsap/v11n2/v11n2a02.pdf>.
- Condori, L.J. (2014). *Relación de: Autoeficacia ante el estrés, personalidad, percepción del bienestar psicológico y de salud con el rendimiento académico en universitarios*. [Tesis Doctoral]. Facultad de Psicología. Unidad de Postgrado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado:http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3291/1/condori_il.pdf
- Contini, N., Estévez, A., Figueroa, M.I., Lacunza, A. B. y Leví, M. (2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico*. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). Analisis de psicología, 2005, vol. 21, nº 1 (junio) ,66-72.
- Diener, E. (1994). *Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities*. Social Indicators Research.

- Duque, H. (2007). *Los ciclos vitales del ser humano*. Tomo I. Sociedad de San Pablo.
- Escribano, P. (2015) *y evaluación del programa de capacitación en microsoft office aplicando los principios y metodología de la gestión educativa de calidad para la disminución de la brecha digital en los docentes del nivel secundario de las 22 instituciones educativas públicas de la ciudad de Chiclayo, provincia de Chiclayo - Región Lambayeque*
- Fondo de Población de las Naciones Unidas (2014).UNFPA: *Presentación del informe estado de la población mundial*. Recuperado el 11 de marzo del 2015 de: onu.org.pe/.../unfpa-presentacion-del-informe-estado-de-la-poblacion-m.
- Galarza, C.B. (2015).*Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N. Fé y Alegría 11, Comas* (Tesis de Licenciatura).Recuperado: cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/988/1/galarza_pc.pdf
- Gil, S. y León, G. (1998) *¿Cómo desarrollar la autoestima y las habilidades sociales? Hospital Hideyo Nogucchi*. Lima Perú.
- Giménez, M. (2016). *La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes: relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico*. [Tesis Doctoral]. Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/11578/1/T32253.pdf>- 3 de marzo del 2015- 5:24.
- Goldstein y col. (1989) *Programa de habilidades sociales avanzadas*. Editorial Esos 4 caballos. Madrid España.
- Goldstein, A., Sprafkin, R., Gershaw, J. y Klein, P. (1989). *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: un programa de enseñanza*. España: Ediciones Madrid.
- Goleman, D. (1999) *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós. S.A.
- Gómez, H. (2015). *Diagnóstico de habilidades sociales y bienestar psicológico en Colombia*. (Tesis Maestría), Universidad de Carabobo, Valencia- Venezuela
- Gutiérrez, M. (2016). *El Desarrollo de habilidades sociales y estrategia de integración al bachillerato*.(Tesis Maestría) Universidad de Carabobo, Valencia-Venezuela,

- Hernández, S., (2006). *Metodología de la Investigación*. 5ª edición. México D.F. Graw Hill.
- Hidalgo, U. y Abarca, F. (1999). *Fascículos de las habilidades sociales II, complementación pedagógica de la UNMSM*. Lima Perú.
- Horley, J. y Little, B. R. (1985). *Affective and cognitive components of global subjective Well-Being measure*. Social Indicators Research, 17, 189-197.
- INEI (2013). *Países de América con mayor población*. Recuperado el 11 de marzo del 2015 de: www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones.../Est/.../libro.pdf
- Leal Soto, F., Dávila, J. y Valdivia, Y. (2014). *Bienestar psicológico y prácticas docentes con efectos motivacionales orientados al aprendizaje*. Universitas Psychologica, [http:// dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.bppd](http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.bppd) Univ. Psychol. Bogotá, Colombia
- Leibovich de Figueroa, N. (2000). *Algunas consideraciones acerca del estrés*. Ficha N 059-018, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.
- Meza, S.N. (2015). *Bienestar psicológico y nivel de inversión en la pareja en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado el 6 de marzo del 2015 de: tesis.pucp.edu. Psicología Clínica.
- Morales, F. y Olsa, M. (2001) *Psicología Social y Trabajo Social*. España: Editorial McGrawHill.
- Moreno, M. (2011). *Desarrollo de habilidades sociales como estrategia de integración al bachillerato*. (Tesis Maestría). Facultad de educación. Universidad Autónoma de Yucatan. México. Recuperado de: <http://posgradofeuady.org.mx/wp-content/uploads/2011/09/Moreno-MariaMOCE2011.pdf>
- Navarro. R. E. (2003). *El desarrollo de habilidades sociales ¿determina el éxito académico? Red Científica*. Veracruz: Universidad Cristóbal Colon.
- Osorio, B. (2014). *Habilidades sociales y Bienestar psicológico en los adolescentes de la I. E.N. Fe y Alegría 11, Comas*. Lima
- Papalia, D., Feldman, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. México: McGraw Hill.
- Páramo, M.A. (2009). *Adolescencia y psicoterapia: Análisis de significados a través*

- de grupos de discusión*. Salamanca, España. Ediciones Universidad de Salamanca.
- Pérez, I. (2009) *Habilidades sociales: Educar hacia la autoregulación*. Barcelona: Lukabanda y Auroch.
- Raffo, L. & Zapata I. (2000). *Mejorando las habilidades sociales*. Lima: Colegio de Psicólogos del Perú CDR.
- Real Academia Española (1991). *Diccionario de la Real Academia Española*. Madrid: Esparsa.
- Real Académica Española (2014), *Diccionario de la lengua española*. España.
- Rincón (2015). *Habilidades sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior, en una universidad de Venezuela* (Tesis Maestría). Recuperado: <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/9218-09-02880.pdf>
- Ryff, C. (1989) *Scale of Psychological Well-being. The structure of Psychological well-being revisited*. Journal of personality and social psychology. (69); 719-727.
- Salanova, M., Martínez, I., Bresó, E., Gumbau, L. y Grau, R. (2005). *Bienestar psicológico en estudiantes universitarios: facilitadores y obstaculizadores del desempeño académico*. Anales de Psicología, 21, 170-180.
- Salas, J.J. (2015). *Bienestar psicológico y síndrome de burnout en docentes de la UGEL N° 7*. (Tesis Maestría). Facultad de Psicología. Unidad de postgrado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/616/salas_dj.pdf?sequence=1
- Salotti, P (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Tesina, facultad de humanidades, Universidad de Belgrano.
- Sánchez-Cánovas, J. (1998). *Escala de Bienestar psicológico. Manual*. Madrid: TEA Ediciones S.A.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo: el ciclo vital*. Madrid: McGraw-Hill.
- Stassen, K., Klajn, D.S. y Latrónico, A. (2007). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia* (7ma edición). Buenos Aires: Editorial Médica

Panamericana.

- Tucumán (2005). *Análisis de psicología*. Recuperado de: http://www.um.es/analesps/v21/v21_1/08-21_1.pdf Universidad Nacional Mayor de San Marcos (2015), Sistema Único de Matrícula. Perú.
- Vallés, M y Vallés, V. (1996). *Perfil de habilidades sociales en las instituciones públicas de educación básica en los años 1994-1995*. Universidad Nacional los Andes de Colombia.
- Velásquez C., C., Montgomery U., W., Pomalaya V., R., Vega G., J., Guevara O., W., García P., P., y Díaz A., G. (2014). *Habilidades sociales y filosofía de vida en alumnos de secundaria con y sin participación en actos violentos de Lima Metropolitana. Revista De Investigación en Psicología*. Recuperado: <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psicologia/view/378>

VIII. Anexos

Anexo 1: Artículo científico
Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo.
Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015.

Autora: Br. María Elena Carrasco Marroquín,
 E-mail: marielencarrasco@hotmail.com

Tesis para optar el grado académico de: Maestra en psicología educativa de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo- Filial Lima Norte – Los Olivos- Lima – Perú.

Resumen: La presente investigación titulada: Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios pertenecientes a una Universidad Nacional de la ciudad de Lima – 2015 tuvo como objetivo general determinar el grado de relación entre Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes universitarios pertenecientes a una Universidad Nacional de la ciudad de Lima – 2015 Los instrumentos que se utilizaron fueron cuestionarios en escala de Likert para las variables Habilidades sociales y bienestar psicológico Estos instrumentos fueron sometidos a los análisis respectivos de confiabilidad y validez, que determinaron que los cuestionarios tienen la validez y confiabilidad El método empleado fue hipotético deductivos, el tipo de investigación fue básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental transversal. La población estuvo formada por 200 estudiante la muestra por 132 alumnos y el muestreo fue de tipo probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach. Los resultados evidencian una relación estadísticamente significativa, alta ($r_s = 0,726$, $p < 0.05$) y directamente proporcional, entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Palabras claves: Habilidades sociales, bienestar psicológico, estudiantes universitarios s.

Abstract:

The present qualified investigation: social Skills and psychological well-being in university students belonging to a National University of the city of Lima - 2015 had as general aim determine the degree of relation between social Skills and psychological well-being in university students belonging to a National University of the city of Lima - 2015 The instruments that were in use were questionnaires in Likert's scale for the variable social Skills and psychological well-being These instruments were submitted to the

respective analyses of reliability and validity, which determined that the questionnaires have the validity and reliability. The used method was hypothetical deductive, the type of investigation was basic, of level correlacional, of quantitative approach; of not experimental transverse design. The population was formed by 200 student the sample by 132 pupils and the sampling was of type probabilístico. The technology used to gather information was a survey and the instruments of compilation of information were questionnaires that were due validated across experts' judgments and determined his reliability across the statistician of reliability Cronbach's Alpha. The results demonstrate a statistically significant, high relation ($r_s = 0,726$, $p < 0.05$) and directly proportionally, between social skills and the psychological well-being in students of the 1st one. 3rd. 5to. And 7mo. Cycle of the EAP of Physics of the UNMSM, Lima key Words: social Skills, psychological well-being, university students

Key Words: social Skills, psychological well-being, university students

Introducción. La adolescencia es una etapa de la vida que despierta curiosidad, dudas e incertidumbre; se le intenta delimitar en una cantidad determinada de años, como forma de darle una explicación, ya que el ser humano transita a través de este período, introduciéndose en este conjunto de procesos biológicos, psicológicos, culturales y sociales, y se va moldeando hasta convertirse, al final de los mismos, en un “adulto” frente a la sociedad. Se puede comprender que el adolescente, como ser humano en crecimiento y desarrollo, se encuentra en una etapa de cierta crisis y fragilidad, y necesita del apoyo y acompañamiento de los demás para poder superarla con eficacia. Así podrá realizarse como una persona íntegra en su vida adulta (Páramo, 2009). Asimismo, la juventud es una etapa de cuestionamiento, de impresiones, de rebeldías y de utopía. El problema más grave que enfrenta es la comunicación; pues a nivel general, no saben expresar lo que piensan y lo que sienten. En esta etapa de la vida se puede afirmar que el ser humano llega a alcanzar su estabilidad y en ello, la madurez. El hombre y la mujer empiezan una progresiva independencia en el aspecto económico, en la iniciativa y responsabilidad de sus actos. En este periodo de la vida es el momento de hacer un primer proyecto de vida. En esta etapa el joven ha alcanzado mejores y mayores esquemas cognoscitivos que le permiten elegir una profesión (Duque, 2007). En el diario quehacer universitario, específicamente en la EAP de Física de la UNMSM se evidencia que un porcentaje de estudiantes, no tienen incorporadas algunas pautas de comportamiento social, consideradas como necesarias para lograr su

proceso de adaptación y apropiación de hábitos para la interacción social. Manifestaciones como la dificultad para gestionar trámites académicos, interactuar con sus pares y superiores, escasa participación durante las clases, así como en algunas actividades y cursos organizados por la facultad y universidad, aislamiento y timidez. Una formación deficiente de las habilidades sociales que de una u otra forma nos conlleva a algún tipo de atraso familiar y social. Asimismo se evidencia que no poseen claridad respecto a aquello que realmente anhelan, bajas expectativas de logro, teniendo como resultado un bajo rendimiento académico y deserción estudiantil, según detalla el Sistema Único de Matrícula de la UNMSM (2015). Los estudiantes universitarios deberían contar con un elevado nivel de bienestar psicológico, caracterizarse por encarar los problemas de un modo sistemático, considerando diferentes puntos de vista para solucionarlos, mostrar capacidad de trabajo elevada, motivación en la resolución de las situaciones cotidianas. Al mismo tiempo se deberían haber desarrollado la habilidad para diferenciar los aspectos positivos de los negativos, pudiendo apoyarse en los positivos, en suma tener una visión optimista de la vida.

Trabajos previos Internacionales Giménez (2016) en su trabajo de investigación titulado La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes y su relación con el bienestar psicológico. (Tesis Doctoral) Universidad Complutense de Madrid, El método empleado fue el hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental: transversal La población estuvo formada por 252 adolescentes, la muestra por 114 y el muestreo fue de tipo probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta, y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios, que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach dentro de los resultados se encontró una correlación significativa $R = 0,745$ entre las fortalezas psicológicas en adolescentes y el bienestar psicológico. concluye medir las fortalezas de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Trabajos previos Nacionales Meza (2015), investigó sobre *habilidades sociales y Bienestar psicológico en la pareja en estudiantes universitarios de Lima metropolitana*. (Tesis maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú. cuyo objetivo principal es determinar cómo se relaciona habilidades sociales y el Bienestar

psicológico. El método empleado fue el hipotético deductivo, el tipo de investigación fue básica, de nivel correlacional, de enfoque cuantitativo; de diseño no experimental: transversal. La muestra por 116 estudiantes y el muestreo fue de tipo no probabilístico. La técnica empleada para recolectar información fue encuesta, y los instrumentos de recolección de datos fueron cuestionarios, que fueron debidamente validados a través de juicios de expertos y determinado su confiabilidad a través del estadístico de fiabilidad Alfa de Cronbach. Se encontró una correlación significativa ($r_s = 0,752, p < 0,05$), entre habilidades sociales alternativas a la agresión y el Bienestar psicológico en la pareja concluye las habilidades de los adolescentes implica conocer sus competencias habilidades y destrezas que poseen determinando realizaciones en sus actividades cotidianas generando actitudes que configuran una buena salud psicología que contribuirá con su desarrollo integral tanto en el aspecto intelectual, corporal y moral.

Habilidades sociales. Tomando como referencia a Golstein (1989), y su respectivo instrumento de medición, que determina la deficiencia y la competencia que tiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales, a partir de 50 ítems, agrupados en 6 áreas: Primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades sociales para hacer frente al estrés y habilidades de planificación.

Bienestar psicológico. Sánchez-Cánovas (1998): En relación al bienestar psicológico hace referencia al estado de felicidad o bienestar (ambos conceptos son tomados como sinónimos por el autor) como la percepción subjetiva de la propia vida.

Problema General. ¿Cuál es la relación entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?

Hipótesis General Existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Objetivo General Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Diseño de investigación El diseño de esta investigación es no experimental, de corte transversal. La investigación no experimental es también conocida como investigación Ex Post Facto, término que proviene del latín y significa después de ocurridos los hechos. De acuerdo con Kerlinger (1983) la investigación Ex Post Facto es un tipo de "... investigación sistemática en la que el investigador no tiene control sobre las variables independientes porque ya ocurrieron los hechos o porque son intrínsecamente

manipulables,” (p.269) **Método hipotético deductivo:** Ya que se usaran hipótesis para explicar nuestra investigación, y poderlas contrastar verificar con lo deducido. Hernández, Fernández y Baptista (2014) “Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en el método y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (p. 4). **Definición operacional de habilidades sociales** Tomando como referencia a Golstein (1989), y su respectivo instrumento de medición, que determina la deficiencia y la competencia que tiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales, a partir de 50 ítems, agrupados en 6 áreas: Primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades sociales para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. **Muestra** La muestra estuvo constituida por 132 estudiantes de la EAP de Física de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos **Método de análisis de datos** Análisis descriptivo: Es aquella que se centra en responder la pregunta ¿Cómo es? Una determinada parte de la realidad, que es el objeto de estudio (Caballero, 2005, pág. 559), este método se utilizó con la finalidad de identificar, establecer, analizar y explicar las variables, habilidades sociales, bienestar psicológico y sus dimensiones haciendo uso del software estadístico SPSS 25.

Resultados

Hipótesis General existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 1.

Coefficiente de correlación de Spearman: Habilidades sociales y el bienestar psicológico

Correlaciones		Habilidades sociales	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades sociales	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,726**
		N	,000
Bienestar Psicológico		Coefficiente de correlación	132
		Sig. (bilateral)	,726**
		N	,000
			132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.726$) y directamente proporcional, entre habilidades sociales y el

bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis general.

Hipótesis específica 1. Existe relación positiva y significativa entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Tabla 2.

Coefficiente de correlación de Spearman: Primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico

Correlaciones			Primeras habilidades sociales	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Primeras habilidades sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,624**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,624**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.624$) y directamente proporcional, entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 1.

Hipótesis específico 2. Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima

Tabla 3.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades sociales avanzadas	Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Habilidades sociales avanzadas	Coefficiente de correlación	1,000	,652**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,652**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.652$) y directamente proporcional, entre las habilidades sociales

avanzadas y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 2.

Hipótesis específico 3. Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 4.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades sociales relacionadas con los Bienestar sentimientos Psicológico	
Rho de Spearman	Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Coefficiente de correlación	1,000	,631**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,631**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.631$) y directamente proporcional, entre las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 3.

Hipótesis específico 4 Existe relación positiva y significativa entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 5.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades alternativas a la agresión Bienestar Psicológico	
Rho de Spearman	Habilidades alternativas a la agresión	Coefficiente de correlación	1,000	,611**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	,611**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.611$) y directamente proporcional, entre las habilidades alternativas

a la agresión y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 4.

Hipótesis específico 5. Existe relación positiva y significativa entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 6.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades sociales para Bienestar hacer frente al estrés	
			Psicológico	
Rho de Spearman	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,610**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,610**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.610$) y directamente proporcional, entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 5.

Hipótesis específico 6. Existe relación positiva y significativa entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima.

Tabla 7.

Coefficiente de correlación de Spearman: Las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico

Correlaciones			Habilidades de Bienestar planificación	
			Psicológico	
Rho de Spearman	Habilidades de planificación	Coeficiente de correlación	1,000	,647**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	132	132
	Bienestar Psicológico	Coeficiente de correlación	,647**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	132	132

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

El coeficiente de correlación Rho de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa, alta ($r= 0.647$) y directamente proporcional, entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico; asimismo, debido a que el $p_valor < 0.05$ se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis específica 6.

Discusión. Por la presente investigación se observó que las habilidades sociales avanzadas: Pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás, dentro de las variables consideradas tienen un valor de correlación más cerca a uno, eso quiere decir un valor mayor con respecto a habilidades gerenciales y bienestar psicológico de 0.726 según tabla 21. A diferencia que el menor valor de correlación dentro de las dimensiones es “Habilidades relacionadas con los sentimientos” que tienen un valor de 0,631 según tabla 24, estos resultados nos indican que de los estudiantes participantes en la investigación, como objetos de estudio, se concluye que las habilidades sociales avanzadas se correlacionan más con el bienestar psicológico, mientras que las habilidades relacionadas con los sentimientos se correlaciona menos al bienestar psicológico. En la investigación de Velásquez (2009), quien en su objeto de estudio tiene a adolescentes y preadolescentes, su muestra da como resultado una relación baja y positiva entre las variables: habilidades sociales y filosofía de vida. En la presente investigación, que se direcciona a estudiantes universitarios, que tienen otro entorno de desarrollo personal, se obtuvo una relación moderada entre las habilidades sociales y el bienestar psicológico según tabla 3, donde se obtiene en la escala de moderado el 58% y alto el 42%, y para la correlación del estadístico Rho de Spearman en la constatación de hipótesis se obtuvo un valor de 0,726 según la tabla 21. Se evidencia en el primer estudio que existe una situación de causa de parte de las habilidades sociales para la variable filosofía de la vida. Asimismo se evidencia en la segunda investigación que existe una situación de caiusa de parte de las habilidades sociales para la variable bienestar psicológico. En ambos casos es importante trabajar en programas en el sector educativo de todos los niveles de formación promoviendo las habilidades sociales. Por otro lado en la investigación de Salas (2012), sincroniza con la nuestra con la variable bienestar psicológico, asimismo Salas considera como segunda variable de correlación el Síndrome de Burnout (que se caracteriza por la falta de motivación y un progresivo agotamiento físico y mental) que se asocia a nuestra investigación, porque en una de las dimensiones consideradas se encuentra las habilidades para hacer frente al stress y el bienestar psicológico que se relacionan; pudiendo afirmar en la estadística descriptiva de nuestra investigación los siguientes resultados según la tabla 8: moderado 48% y alto 52%, eso significa que la relación de las variables se distribuyen en la escala de modelado y alto; ambas investigaciones se encuentran dentro del diseño descriptivo correlacional. En la investigación de Salas se

obtiene un dato interesante como son las diferencias estadísticamente significativas en el bienestar psicológico, encontrándose en todos los casos que las puntuaciones de aquellos que tienen pareja, superan a los que no la tienen, se puede demostrar que al estar con pareja se obtiene un mejor bienestar psicológico. Aquí queda una iniciativa para que en las próximas investigaciones a estudiantes consideremos la condición de emparejado. En las conclusiones obtenidas por Rincón (2011), la correlación entre habilidades sociales e inteligencia emocional fue positiva media (0.64), lo que indica que a medida que aumenta una la otra también, en nuestra investigación la correlación entre habilidades sociales y bienestar psicológico se obtuvo un valor de (0,504) según la tabla 10, lo que indica que la variable causa habilidades sociales produce correlación positiva en la inteligencia emocional y en el bienestar psicológico se obtuvo un valor de correlación

Conclusiones

Primera: Al hacer el contraste de la hipótesis general, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades sociales tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.726$, $p < 0.05$).

Segunda: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 1, existen evidencias suficientes para afirmar que las primeras habilidades sociales tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.624$, $p < 0.05$).

Tercera: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 2, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades sociales avanzadas tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.652$, $p < 0.05$).

Cuarta: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 3, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades sociales relacionadas con los sentimientos tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.631$, $p < 0.05$).

Quinta: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 4, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades alternativas a la agresión tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.611$, $p < 0.05$).

Sexta: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 5, existen evidencias suficientes para afirmar que las habilidades para hacer frente al estrés tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.610$, $p < 0.05$).

Séptima: Al hacer el contraste de la hipótesis de la específica 6, existen evidencias suficientes para afirmar que habilidades de planificación tienen relación positiva y significativa con el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima, ($r_s = 0.647$, $p < 0.05$).

Referencias

- Duque, H. (2007). *Los ciclos vitales del ser humano*. Tomo I. Sociedad de San Pablo.
- Giménez, M. (2016). *La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes: relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico*. [Tesis Doctoral]. Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/11578/1/T32253.pdf>- 3 de marzo del 2015-5:24.
- Goldstein y col. (1989) *Programa de habilidades sociales avanzadas*. Editorial Esos 4 caballos. Madrid España.
- Hernández, et al ., (2006). *Metodología de la Investigación*. 5ª edición. México D.F. Graw Hill.
- Meza, S.N. (2015). *Bienestar psicológico y nivel de inversión en la pareja en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado el 6 de marzo del 2015 de: tesis.pucp.edu. Psicología Clínica.
- Páramo, M.A. (2009). *Adolescencia y psicoterapia: Análisis de significados a través de grupos de discusión*. Salamanca, España. Ediciones Universidad de Salamanca.
- Rincón (2015). *Habilidades sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior, en una universidad de Venezuela* (Tesis Maestría). Recuperado: <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/9218-09-02880.pdf>
- Salas, J.J. (2015). *Bienestar psicológico y síndrome de burnout en docentes de la UGEL N° 7*. (Tesis Maestría). Facultad de Psicología. Unidad de postgrado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Recuperado: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/cybertesis/616/salas_dj.pdf?sequence=1

Anexo 2: Matriz de consistencia

Título: Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima
 Autor: María Elena Carrasco Marroquín

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
<p>Problema General: ¿Cuál es la relación entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?</p> <p>Problema Específico 1 ¿Cuál es la relación entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?</p> <p>Problema Específico 2 ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?</p> <p>Problema Específico 3 ¿Cuál es la relación entre las habilidades relacionadas con los</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación que existe entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p> <p>Objetivo Específico 1 Determinar la relación que existe entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p> <p>Objetivo específica 2 Determinar la relación que existe entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p> <p>Objetivo específica 3 Determinar la relación que existe entre las habilidades relacionadas con los sentimientos y el bienestar</p>	<p>Hipótesis general: Existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p> <p>Hipótesis Específica 1 Existe relación positiva y significativa entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p> <p>Hipótesis Específica 2 Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p> <p>Hipótesis Específica 3 Existe relación positiva y significativa entre las habilidades relacionadas</p>	Variable 1: habilidades sociales				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala e índices	Niveles y rangos
			Primeras habilidades sociales	Escuchar Iniciar una conversación Mantener una conversación Formular una pregunta	01-08	Escala ORDINAL	Alta (30 – 40) Media (19 – 29) Baja (8 – 18)
			Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda Participar Dar instrucciones Seguir instrucciones Disculparse Convencer a los demás	09-14	VALORES Siempre(5) A menudo(3) A veces(3) Rara vez(2) Nunca(1)	Alta (24 – 30) Media (15 – 23) Baja (6 – 14)
Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos Expresar sentimientos Expresar afecto Resolver el miedo Autor recompensarse	15-21		Alta (27 – 35) Media (17 – 26) Baja (7 – 16)			

<p>sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima? Problema Específico 4 ¿Cuál es la relación entre las habilidades alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima? Problema Específico 5 ¿Cuál es la relación entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima? Problema Específico 6 ¿Cuál es la relación entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima?</p>	<p>psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima Objetivo Específica 4 Determinar la relación que existe entre las habilidades sociales alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima Objetivo Específica 5 Determinar la relación que existe entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima Objetivo Específica 6 Determinar la relación que existe entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p>	<p>con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima Hipótesis Específica 4 Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima Hipótesis Específica 5 Existe relación positiva y significativa entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima Hipótesis Específica 6 Existe relación positiva y significativa entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima</p>	<p>Habilidades alternativas a la agresión</p>	<p>Empezar el autocontrol Defender los propios derechos Responder a las bromas Evitar los problemas con los demás No entrar en peleas</p>	22-30		<p>Alta (35 – 45) Media (22 – 34) Baja (9 – 21)</p>
			<p>Habilidades sociales para hacer frente al estrés</p>	<p>Formular una queja Responder a una queja Demostrar deportividad Prepararse para una conversación difícil Responder a la persuasión</p>	31-42		<p>Alta (42 – 60) Media (29 – 41) Baja (12 – 28)</p>
			<p>Habilidades de planificación</p>	<p>Tomar iniciativas Discernir sobre la causa de un problema Establecer un objetivo</p>	43-50		<p>Alta (30 – 40) Media (19 – 29) Baja (8 – 18)</p>
			Variable 2: Bienestar psicológico				
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles o rangos			
Bienestar Psicológico	Felicidad Bienestar Satisfacción	1-30	Escala ORDINAL VALORES	Alto (112 – 150) Medio (71 – 111)			

			Subjetivo			Siempre(5) Casi siempre(4)	Bajo (30 – 70)
			Bienestar Material	Ingresos económicos Posesiones materiales y cuantificables (satisfacción e insatisfacción)	31-40	Bastantes veces(3) Algunas veces(2) Nunca o casi nunca(1)	Alto (38 – 50) Medio (24 – 37) Bajo (10 – 23)
Tipo y diseño de investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumentos		Estadística a utilizar			
Método: Hipotético deductivo Enfoque: Cuantitativo Tipo: Básica Nivel: Correlacional Diseño: No n experimental	Población: 200 estudiantes Tipo de muestreo: Probabilístico Tamaño de muestra: 132 estudiantes	Variable 1: habilidades sociales Habilidades sociales Técnicas: Encuesta Instrumentos: Cuestionario		DESCRIPTIVA: Análisis descriptivos variables			
		Variable 2: Bienestar psicológico Bienestar psicológico Técnicas: Encuesta Instrumentos: cuestionario		INFERENCIAL Análisis inferencial rho de Spearman			

Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario: Habilidades sociales

A continuación encontrarás una lista de habilidades que los estudiantes usan normalmente en su interacción social. Debes determinar cómo usas cada una de esas habilidades, marcando con un aspa (X) en la columna de la derecha de cada pregunta, según el siguiente patrón:

- N Si tú NUNCA usas esta habilidad RV: Si tú RARA VEZ usas esta habilidad
 AV Si tú A VECES usas esta habilidad AM: Si tú A MENUDO usas esta habilidad
 S: Si tú SIEMPRE usas esta habilidad

Items	N	RV	AV	AM	S
1. ¿Prestas atención y comprendes a la persona que te está hablando?					
2. ¿Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento?					
3. ¿Hablas con otras personas sobre temas que interesan a ambos?					
4. ¿Eres capaz de saber qué información necesitas y la pides a la persona adecuada?					
5. ¿Cuándo te hacen un favor agradeces?					
6. ¿Te presentas a las personas por si solo?					
7. ¿Ayudas a que los demás se conozcan entre sí?					
8. ¿Das halagos a los demás?					
9. ¿Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad?					
10. ¿Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad?					
11. ¿Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica?					
12. ¿Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones, cumples con las instrucciones correctamente?					
13. ¿Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal?					
14. ¿Intentas convencer a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona?					
15. ¿Conoces las emociones que sientes?					

16. ¿Demuestras tus sentimientos a los demás?					
17. ¿Intentas comprender lo que sienten los demás?					
18. ¿Intentas comprender el enojo de la otra persona?					
19. ¿Permites que otras personas expresen lo que sienten?					
20. ¿Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo?					
21. ¿Cuándo haces cosas agradables mereces un Premio?					
22. ¿Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada?					
23. ¿Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás?					
24. ¿Ayudas a quien lo necesita?					
25. ¿Das soluciones que a todos les gusta?					
26. ¿Controlas tu carácter de modo que no se te «escapan las cosas de la mano»?					
27. ¿Defiende tus opiniones frente a los demás?					
28. ¿Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas?					
29. ¿Te mantienes fuera de situaciones que te pueden ocasionar problemas?					
30. ¿Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte?					
31. ¿Les dices a los demás cuándo han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar una solución?					
32. ¿Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?					
33. ¿Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado?					
34. ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza?					
35. ¿Si te dejan de lado haces algo para sentirte mejor frente a esta situación?					
36. ¿Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo?					
37. ¿Las personas de tu alrededor influyen sobre ti?					
38. ¿Comprendes la razón por la cual has fallado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro?					
39. ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen?					
40. ¿Comprendes lo que significa la acusación y porque se la ha hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha					

41. ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática?					
42. ¿Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta?					
43. ¿Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad?					
44. ¿Reconoces que has tenido responsabilidad por alguna situación?					
45. ¿Tomas decisiones acertadas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea?					
46. ¿Eres realista cuando debes hacer determinada tarea?					
47. ¿Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información?					
48. ¿Determinas de forma realista cuál de tus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero?					
49. ¿Consideras las alternativas y eliges la que te hará sentir mejor?					
50. ¿Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieres?					

Cuestionario: Bienestar psicológico

A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre sentimientos que las personas podemos experimentar en cualquier etapa de nuestra vida. Por favor, al leer cada frase vea si usted. EN ESTA ETAPA DE SU VIDA, se siente así. Conteste de forma espontánea y sincera. No es necesario que piense demasiado acerca de cada frase.

De forma sencilla y rápida vea si usted en estos momentos de su vida se siente o no de esa manera.

Aparecerán frases parecidas a esta que se pone como EJEMPLO:

“Me siento muy ilusionado”

Si usted, en esta etapa de su vida, no se siente así en ninguna ocasión, tendrá que marcar, en la hoja de respuestas, una cruz en una de las casillas que están a continuación del recuadro donde dice NUNCA; si algunas veces sí que se siente ilusionado, pondrá una cruz frente al recuadro de ALGUNAS VECES; si esto le ocurre más a menudo, pondrá una cruz frente a BASTANTES VECES; si con mucha frecuencia se siente usted así pondrá una cruz frente a CASI SIEMPRE; si, prácticamente, usted se siente de esta forma en casi todos los momentos, pondrá una frente al recuadro SIEMPRE.

Suponemos que el que va a contestar jamás se siente ilusionado. Por eso en la hoja de respuestas, se ha puesto una cruz en la primera casilla, debajo de la palabra EJEMPLO. Marque Ud. una cruz en la casi mejor se ajuste a su caso después de leer cada una de las frases que aparecen en la página siguiente. Fíjese en que el número que está delante de cada frase es el mismo que el de la columna de la hoja de respuestas en que va a contestar.

- 1) Nunca o casi nunca(NCN), 2) Algunas veces (AV), 3) Bastantes veces (BV), 4) casi siempre (CS), 5) Siempre (S)

Items	NCN	AV	BV	CS	S
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.					
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.					
3. Me siento bien conmigo mismo.					
4. Todo me parece interesante.					
5. Me gusta divertirme.					

6. Me siento jovial.					
7. Busco momentos de distracciones y descanso.					
8. Tengo buena suerte.					
9. Estoy ilusionado/a.					
10. Se me han abierto muchas puertas en mi vida					
11. Me siento optimista.					
12. Me siento capaz de realizar mi trabajo.					
13. Creo que tengo buena salud.					
14. Duermo bien y de forma tranquila.					
15. Me creo útil y necesario/a para la gente					
16. Creo que sucederán cosas agradables.					
17. Creo que como persona (madre/padre/esposo, trabajador) he logrado las cosas que quería.					
18. Creo que valgo como cualquier otra persona.					
19. Creo que puedo superar mis errores y debilidades.					
20. Creo que mi familia me quiere.					
21. Me siento "en forma".					
22. Tengo muchas ganas de vivir.					
23. Me enfrento al trabajo y a mis tareas con buen ánimo.					
24. Me gusta lo que hago.					
25. Disfruto de las comidas.					
26. Me gusta salir y ver a la gente.					
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.					
28. Creo que, generalmente, tengo buen humor.					
29. Siento que todo me va bien.					
30. Tengo confianza en mí mismo					
31. Vivo con cierto grado de desahogo y bienestar.					
32. Puedo decir que soy afortunado/a.					

33. Tengo una vida tranquila.					
34. Tengo todo lo necesario para vivir.					
35. La vida me ha sido favorable.					
36. Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.					
37. Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.					
38. Las condiciones en que vivo son cómodas.					
39. Mi situación es relativamente próspera.					
40. Estoy tranquilo/a sobre mi futuro económico.					

Anexo 4: Certificado de validación de instrumentos



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS HABILIDADES SOCIALES

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 1 Primeras habilidades sociales								
1	Prestas atención y comprendes a la persona que te está hablando	✓		✓		✓		
2	Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento	✓		✓		✓		
3	Hablas con otras personas sobre temas que interesan a ambos	✓		✓		✓		
4	Eres capaz de saber qué información necesitas y la pides a la persona adecuada	✓		✓		✓		
5	Cuándo te hacen un favor agradeces	✓		✓		✓		
6	Te presentas a las personas por si solo	✓		✓		✓		
7	Ayudas a que los demás se conozcan entre sí	✓		✓		✓		
8	Das halagos a los demás	✓		✓		✓		
DIMENSIÓN 2 Habilidades sociales Avanzadas		Si	No	Si	No	Si	No	
9	Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad	✓		✓		✓		
10	Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad	✓		✓		✓		
11	Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica	✓		✓		✓		
12	Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones, cumples con las instrucciones correctamente	✓		✓		✓		
13	Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal	✓		✓		✓		
14	Intentas convencer a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona	✓		✓		✓		
DIMENSIÓN 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos		Si	No	Si	No	Si	No	
15	Conoces las emociones que sientes.	✓		✓		✓		
16	Demuestras tus sentimientos a los demás	✓		✓		✓		
17	Intentas comprender lo que sienten los demás	✓		✓		✓		
18	Intentas comprender el enojo de la otra persona	✓		✓		✓		
19	Permites que otras personas expresen lo que sienten	✓		✓		✓		
20	Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir	✓		✓		✓		

	tu miedo						
21	Cuándo haces cosas agradables mereces un Premio	✓		✓		✓	
	Dimensión 4 Habilidades alternativas a la Agresión	Si	No	Si	No	Si	No
22	Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada	✓		✓		✓	
23	Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás	✓		✓		✓	
24	Ayudas a quien lo necesita	✓		✓		✓	
25	Das soluciones que a todos les gusta	✓		✓		✓	
26	Controlas tu carácter de modo que no se te «escapan las cosas de la mano	✓		✓		✓	
27	Defiende tus opiniones frente a los demás	✓		✓		✓	
28	Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas	✓		✓		✓	
29	Te mantienes fuera de situaciones que te pueden ocasionar problemas	✓		✓		✓	
30	Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte	✓		✓		✓	
	Dimensión 5 Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Si	No	Si	No	Si	No
31	Les dices a los demás cuándo han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar una solución	✓		✓		✓	
32	Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien	✓		✓		✓	
33	Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado	✓		✓		✓	
34	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza	✓		✓		✓	
35	Si te dejan de lado haces algo para sentarte mejor frente a esta situación	✓		✓		✓	
36	Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo	✓		✓		✓	
37	Las personas de tu alrededor influyen sobre ti	✓		✓		✓	
38	Comprendes la razón por la cual has fallado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro	✓		✓		✓	
39	Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen	✓		✓		✓	
40	Comprendes lo que significa la acusación y porque se la ha hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación	✓		✓		✓	
41	Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática	✓		✓		✓	

42	Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta	✓		✓		✓	
Dimensión 6 Habilidades de planificación		Si	No	Si	No	Si	No
43	Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad	✓		✓		✓	
44	Reconoces que has tenido responsabilidad por alguna situación	✓		✓		✓	
45	Tomas decisiones acertadas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea	✓		✓		✓	
46	Eres realista cuando debes hacer determinada tarea	✓		✓		✓	
47	Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información	✓		✓		✓	
48	Determinas de forma realista cuál de tus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero	✓		✓		✓	
49	Consideras las alternativas y eliges la que te hará sentir mejor	✓		✓		✓	
50	Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieres	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): suficiente

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Núñez Liz Lu DNI: 080120

Especialidad del validador: Psicología

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Los Olivos 18 de diciembre del 2018

Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL BIENESTAR PSIOLÓGICO

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Bienestar Psicológico Subjetivo							
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.	✓		✓		✓		
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.	✓		✓		✓		
3	Me siento bien conmigo mismo.	✓		✓		✓		
4	Todo me parece interesante.	✓		✓		✓		
5	Me gusta divertirme.	✓		✓		✓		
6	Me siento jovial.	✓		✓		✓		
7	Busco momentos de distracciones y descanso.	✓		✓		✓		
8	Tengo buena suerte.	✓		✓		✓		
9	Estoy ilusionado/a	✓		✓		✓		
10	Se me han abierto muchas puertas en mi vida	✓		✓		✓		
11	Me siento optimista.	✓		✓		✓		
12	Me siento capaz de realizar mi trabajo.	✓		✓		✓		
13	Creo que tengo buena salud.	✓		✓		✓		
14	Duermo bien y de forma tranquila.	✓		✓		✓		
15	Me creo útil y necesario/a para la gente	✓		✓		✓		
16	Creo que sucederán cosas agradables.	✓		✓		✓		
17	Creo que como persona (madre/padre/esposo, trabajador) he logrado las cosas que quería.	✓		✓		✓		
18	Creo que valgo como cualquier otra persona.	✓		✓		✓		
19	Creo que puedo superar mis errores y debilidades.	✓		✓		✓		
20	Creo que mi familia me quiere.	✓		✓		✓		
21	Me siento "en forma".	✓		✓		✓		
22	Tengo muchas ganas de vivir.	✓		✓		✓		
23	Me enfrento al trabajo y a mis tareas con buen ánimo.	✓		✓		✓		
24	Me gusta lo que hago.	✓		✓		✓		
25	Disfruto de las comidas.	✓		✓		✓		
26	Me gusta salir y ver a la gente.	✓		✓		✓		
27	Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.	✓		✓		✓		
28	Creo que, generalmente, tengo buen humor.	✓		✓		✓		
29	Siento que todo me va bien.	✓		✓		✓		
30	Tengo confianza en mí mismo	✓		✓		✓		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS HABILIDADES SOCIALES

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Primeras habilidades sociales							
1	Prestas atención y comprendes a la persona que te está hablando	✓		✓		✓		
2	Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento	✓		✓		✓		
3	Hablas con otras personas sobre temas que interesan a ambos	✓		✓		✓		
4	Eres capaz de saber qué información necesitas y la pides a la persona adecuada	✓		✓		✓		
5	Cuándo te hacen un favor agradeces	✓		✓		✓		
6	Te presentas a las personas por si solo	✓		✓		✓		
7	Ayudas a que los demás se conozcan entre sí	✓		✓		✓		
8	Das halagos a los demás	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2 Habilidades sociales Avanzadas	Si	No	Si	No	Si	No	
9	Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad	✓		✓		✓		
10	Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad	✓		✓		✓		
11	Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica	✓		✓		✓		
12	Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones, cumples con las instrucciones correctamente	✓		✓		✓		
13	Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal	✓		✓		✓		
14	Intentas convencer a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Si	No	Si	No	Si	No	
15	Conoces las emociones que sientes.	✓		✓		✓		
16	Demuestras tus sentimientos a los demás	✓		✓		✓		
17	Intentas comprender lo que sienten los demás	✓		✓		✓		
18	Intentas comprender el enojo de la otra persona	✓		✓		✓		
19	Permites que otras personas expresen lo que sienten	✓		✓		✓		
20	Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir	✓		✓		✓		

	tu miedo						
21	Cuándo haces cosas agradables mereces un Premio	✓		✓		✓	
	Dimensión 4 Habilidades alternativas a la Agresión	Si	No	Si	No	Si	No
22	Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada	✓		✓		✓	
23	Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás	✓		✓		✓	
24	Ayudas a quien lo necesita	✓		✓		✓	
25	Das soluciones que a todos les gusta	✓		✓		✓	
26	Controlas tu carácter de modo que no se te «escapan las cosas de la mano»	✓		✓		✓	
27	Defiende tus opiniones frente a los demás	✓		✓		✓	
28	Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas	✓		✓		✓	
29	Te mantienes fuera de situaciones que te pueden ocasionar problemas	✓		✓		✓	
30	Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte	✓		✓		✓	
	Dimensión 5 Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Si	No	Si	No	Si	No
31	Les dices a los demás cuándo han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar una solución	✓		✓		✓	
32	Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien	✓		✓		✓	
33	Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado	✓		✓		✓	
34	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza	✓		✓		✓	
35	Si te dejan de lado haces algo para sentirte mejor frente a esta situación	✓		✓		✓	
36	Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo	✓		✓		✓	
37	Las personas de tu alrededor influyen sobre ti	✓		✓		✓	
38	Comprendes la razón por la cual has fallado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro	✓		✓		✓	
39	Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen	✓		✓		✓	
40	Comprendes lo que significa la acusación y porque se la ha hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación	✓		✓		✓	
41	Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática	✓		✓		✓	

42	Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta	✓		✓		✓	
Dimensión 6 Habilidades de planificación		Si	No	Si	No	Si	No
43	Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad	✓		✓		✓	
44	Reconoces que has tenido responsabilidad por alguna situación	✓		✓		✓	
45	Tomas decisiones acertadas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea	✓		✓		✓	
46	Eres realista cuando debes hacer determinada tarea	✓		✓		✓	
47	Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información	✓		✓		✓	
48	Determinas de forma realista cuál de tus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero	✓		✓		✓	
49	Consideras las alternativas y eliges la que te hará sentir mejor	✓		✓		✓	
50	Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieres	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAS SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: HERÁCLITO CHACÓN SÁNCHEZ DNI: 08600192

Especialidad del validador: METODOLOGO - INVESTIGADOR

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Los Olivos 18 de diciembre del 2018



 Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

Nº	DIMENSIONES / items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Bienestar Psicológico Subjetivo							
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.	✓		✓		✓		
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.	✓		✓		✓		
3	Me siento bien conmigo mismo.	✓		✓		✓		
4	Todo me parece interesante.	✓		✓		✓		
5	Me gusta divertirme.	✓		✓		✓		
6	Me siento jovial.	✓		✓		✓		
7	Busco momentos de distracciones y descanso.	✓		✓		✓		
8	Tengo buena suerte.	✓		✓		✓		
9	Estoy ilusionado/a	✓		✓		✓		
10	Se me han abierto muchas puertas en mi vida	✓		✓		✓		
11	Me siento optimista.	✓		✓		✓		
12	Me siento capaz de realizar mi trabajo.	✓		✓		✓		
13	Creo que tengo buena salud.	✓		✓		✓		
14	Duermo bien y de forma tranquila.	✓		✓		✓		
15	Me creo útil y necesario/a para la gente	✓		✓		✓		
16	Creo que sucederán cosas agradables.	✓		✓		✓		
17	Creo que como persona (madre/padre/esposo, trabajador) he logrado las cosas que quería.	✓		✓		✓		
18	Creo que valgo como cualquier otra persona.	✓		✓		✓		
19	Creo que puedo superar mis errores y debilidades.	✓		✓		✓		
20	Creo que mi familia me quiere.	✓		✓		✓		
21	Me siento "en forma".	✓		✓		✓		
22	Tengo muchas ganas de vivir.	✓		✓		✓		
23	Me enfrento al trabajo y a mis tareas con buen ánimo.	✓		✓		✓		
24	Me gusta lo que hago.	✓		✓		✓		
25	Disfruto de las comidas.	✓		✓		✓		
26	Me gusta salir y ver a la gente.	✓		✓		✓		
27	Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.	✓		✓		✓		
28	Creo que, generalmente, tengo buen humor.	✓		✓		✓		
29	Siento que todo me va bien.	✓		✓		✓		
30	Tengo confianza en mí mismo	✓		✓		✓		

Dimensión 2 Bienestar Material		Si	No	Si	No	Si	No
31	Vivo con cierto grado de desahogo y bienestar.	✓		✓		✓	
32	Puedo decir que soy afortunado/a.	✓		✓		✓	
33	Tengo una vida tranquila.	✓		✓		✓	
34	Tengo todo lo necesario para vivir.	✓		✓		✓	
35	La vida me ha sido favorable.	✓		✓		✓	
36	Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.	✓		✓		✓	
37	Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.	✓		✓		✓	
38	Las condiciones en que vivo son cómodas	✓		✓		✓	
39	Mi situación es relativamente próspera	✓		✓		✓	
40	Estoy tranquilo/a sobre mi futuro económico.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA.

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador, Dr/ Mg: HERNÁNDEZ CRACON SANCHEZ DNI: 08600198

Especialidad del validador: METODOLOGO - INVESTIGADOR

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Los Olivos 18 de diciembre del 2018


 Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LAS HABILIDADES SOCIALES

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Primeras habilidades sociales							
1	Prestas atención y comprendes a la persona que te está hablando	✓		✓		✓		
2	Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento	✓		✓		✓		
3	Hablas con otras personas sobre temas que interesan a ambos	✓		✓		✓		
4	Eres capaz de saber qué información necesitas y la pides a la persona adecuada	✓		✓		✓		
5	Cuándo te hacen un favor agradeces	✓		✓		✓		
6	Te presentas a las personas por si solo	✓		✓		✓		
7	Ayudas a que los demás se conozcan entre sí	✓		✓		✓		
8	Das halagos a los demás	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 2 Habilidades sociales Avanzadas	Si	No	Si	No	Si	No	
9	Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad	✓		✓		✓		
10	Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una determinada actividad	✓		✓		✓		
11	Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica	✓		✓		✓		
12	Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones, cumples con las instrucciones correctamente	✓		✓		✓		
13	Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal	✓		✓		✓		
14	Intentas convencer a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona	✓		✓		✓		
	DIMENSIÓN 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Si	No	Si	No	Si	No	
15	Conoces las emociones que sientes.	✓		✓		✓		
16	Demuestras tus sentimientos a los demás	✓		✓		✓		
17	Intentas comprender lo que sienten los demás	✓		✓		✓		
18	Intentas comprender el enojo de la otra persona	✓		✓		✓		
19	Permites que otras personas expresen lo que sienten	✓		✓		✓		
20	Piensas por qué estás asustado y haces algo para disminuir	✓		✓		✓		

	tu miedo						
21	Cuándo haces cosas agradables mereces un Premio	✓		✓		✓	
	Dimensión 4 Habilidades alternativas a la Agresión	Si	No	Si	No	Si	No
22	Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada	✓		✓		✓	
23	Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás	✓		✓		✓	
24	Ayudas a quien lo necesita	✓		✓		✓	
25	Das soluciones que a todos les gusta	✓		✓		✓	
26	Controlas tu carácter de modo que no se te «escapan las cosas de la mano»	✓		✓		✓	
27	Defiendes tus opiniones frente a los demás	✓		✓		✓	
28	Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas	✓		✓		✓	
29	Te mantienes fuera de situaciones que te pueden ocasionar problemas	✓		✓		✓	
30	Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte	✓		✓		✓	
	Dimensión 5 Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Si	No	Si	No	Si	No
31	Les dices a los demás cuándo han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar una solución	✓		✓		✓	
32	Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien	✓		✓		✓	
33	Expresas un halago sincero a los demás por la forma en que han jugado	✓		✓		✓	
34	Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza	✓		✓		✓	
35	Si te dejan de lado haces algo para sentirte mejor frente a esta situación	✓		✓		✓	
36	Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo	✓		✓		✓	
37	Las personas de tu alrededor influyen sobre ti	✓		✓		✓	
38	Comprendes la razón por la cual has fallado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro	✓		✓		✓	
39	Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen o hacen otras que se contradicen	✓		✓		✓	
40	Comprendes lo que significa la acusación y porque se la ha hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación	✓		✓		✓	
41	Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática	✓		✓		✓	

42	Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimensión 6 Habilidades de planificación		Si	No	Si	No	Si	No
43	Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	Reconoces que has tenido responsabilidad por alguna situación	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	Tomas decisiones acertadas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46	Eres realista cuando debes hacer determinada tarea	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47	Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	Determinas de forma realista cuál de tus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	Consideras las alternativas y eliges la que te hará sentir mejor	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50	Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieres	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ANGEL SOLWARRNO MORA DNI: 19873577

Especialidad del validador: Psicólogo-EJECUTIVO

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Los Olivos 18 de diciembre del 2018


 Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

Nº	DIMENSIONES / items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 1 Bienestar Psicológico Subjetivo							
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.	✓		✓		✓		
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.	✓		✓		✓		
3	Me siento bien conmigo mismo.	✓		✓		✓		
4	Todo me parece interesante.	✓		✓		✓		
5	Me gusta divertirme.	✓		✓		✓		
6	Me siento jovial.	✓		✓		✓		
7	Busco momentos de distracciones y descanso.	✓		✓		✓		
8	Tengo buena suerte.	✓		✓		✓		
9	Estoy ilusionado/a	✓		✓		✓		
10	Se me han abierto muchas puertas en mi vida	✓		✓		✓		
11	Me siento optimista.	✓		✓		✓		
12	Me siento capaz de realizar mi trabajo.	✓		✓		✓		
13	Creo que tengo buena salud.	✓		✓		✓		
14	Duermo bien y de forma tranquila.	✓		✓		✓		
15	Me creo útil y necesario/a para la gente	✓		✓		✓		
16	Creo que sucederán cosas agradables.	✓		✓		✓		
17	Creo que como persona (madre/padre/esposo, trabajador) he logrado las cosas que quería.	✓		✓		✓		
18	Creo que valgo como cualquier otra persona.	✓		✓		✓		
19	Creo que puedo superar mis errores y debilidades.	✓		✓		✓		
20	Creo que mi familia me quiere.	✓		✓		✓		
21	Me siento "en forma".	✓		✓		✓		
22	Tengo muchas ganas de vivir.	✓		✓		✓		
23	Me enfrento al trabajo y a mis tareas con buen ánimo.	✓		✓		✓		
24	Me gusta lo que hago.	✓		✓		✓		
25	Disfruto de las comidas.	✓		✓		✓		
26	Me gusta salir y ver a la gente.	✓		✓		✓		
27	Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.	✓		✓		✓		
28	Creo que, generalmente, tengo buen humor.	✓		✓		✓		
29	Siento que todo me va bien.	✓		✓		✓		
30	Tengo confianza en mí mismo	✓		✓		✓		

Dimensión 2 Bienestar Material		Si	No	Si	No	Si	No
31	Vivo con cierto grado de desahogo y bienestar.	✓		✓		✓	
32	Puedo decir que soy afortunado/a.	✓		✓		✓	
33	Tengo una vida tranquila.	✓		✓		✓	
34	Tengo todo lo necesario para vivir.	✓		✓		✓	
35	La vida me ha sido favorable.	✓		✓		✓	
36	Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.	✓		✓		✓	
37	Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.	✓		✓		✓	
38	Las condiciones en que vivo son cómodas	✓		✓		✓	
39	Mi situación es relativamente próspera	✓		✓		✓	
40	Estoy tranquilo/a sobre mi futuro económico	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

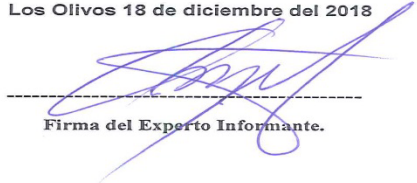
Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ANSEL SORDIANO HERNANDEZ DNI:.....

Especialidad del validador: Psicología - Bienestar

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Los Olivos 18 de diciembre del 2018



Firma del Experto Informante.

77	5	1	2	5	1	2	2	1	2	2	4	3	4	5	5	1	2	5	1	2	2	1	2	5	1	2	5	1	4	3	3	3	4	3	3	5	3	3	4	4	5	5	1	2	5	1	2	2	4						
78	3	1	4	3	1	3	5	1	3	5	4	4	3	5	3	1	4	3	1	3	5	1	3	3	1	4	3	1	1	5	3	5	3	1	5	3	1	3	4	4	4	5	3	1	4	3	1	3	5	4					
79	5	2	5	5	2	3	5	2	3	5	4	4	4	4	5	2	5	5	2	3	5	2	3	5	2	5	5	2	5	5	1	3	5	5	4	5	4	5	4	5	5	2	5	5	2	3	5	4							
80	5	2	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	5	2	3	5	5	1	3	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	2	5	5	2	5	5	5			
81	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	4	3	5	5	1	3	3	1	2	2	2	2	3	1	3	3	1	5	1	1	4	5	3	3	5	3	1	3	4	2	4	3	1	3	3	1	2	2	2	4					
82	2	5	5	2	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	3	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	3	5	5			
83	2	5	4	2	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	2	5	4	2	4	4	4	5	4	4	2	5	4	2	4	5	5	4	5	5	3	3	5	4	5	5	5	5	4	2	5	4	2	4	4	5	5				
84	2	5	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	2	5	5	5	5	4	2	5	4	2	5	4	2	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	2	5	4	4	2	5	4	2	5	4	2	5	5	5	5
85	1	4	5	1	2	5	3	2	5	3	4	5	4	4	1	4	5	1	2	5	3	2	5	1	4	5	1	5	3	5	3	1	5	5	3	5	3	5	4	3	5	1	4	5	1	2	5	3	4						
8	3	4	5	3	4	4	5	4	4	5	3	5	3	5	3	4	5	3	4	4	5	4	5	3	4	5	3	4	5	3	5	5	5	5	1	3	5	5	3	5	4	5	5	5	3	4	5	3	4	4	5	3			
86	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5			
87	2	4	4	2	2	2	3	2	2	3	4	5	5	4	2	4	4	2	2	2	3	2	4	2	4	4	2	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	3	4	1	3	4	4	2	4	4	2	2	2	3	4				
88	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5			
89	4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5		
90	1	4	5	1	3	5	4	3	5	4	4	5	4	5	1	4	5	1	3	5	4	3	5	1	4	5	1	3	5	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	5	4	5	1	4	5	1	3	5	4	4			
91	2	4	4	2	4	3	5	4	3	5	3	5	2	4	2	4	4	2	4	3	5	4	4	2	4	4	2	4	5	3	4	4	3	2	1	3	1	4	2	4	3	4	2	4	4	2	4	3	5	3					
92	1	2	5	1	2	2	4	2	2	4	3	4	5	2	1	2	5	1	2	2	4	2	5	1	2	5	1	4	3	3	3	4	3	3	5	3	3	4	4	5	5	1	2	5	1	2	2	4	3						
93	1	4	3	1	3	5	4	3	5	4	4	3	5	4	1	4	3	1	3	5	4	3	3	1	4	3	1	1	5	3	5	3	1	5	3	1	3	4	3	4	5	3	1	4	3	1	3	5	4	4					
94	2	5	5	2	3	5	4	3	5	4	4	4	4	5	2	5	5	2	3	5	4	3	5	2	5	5	2	4	3	5	4	2	4	3	3	4	3	4	3	4	5	5	2	5	5	2	3	5	4	4					
95	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	2	5	5	2	3	5	5	1	3	5	5	4	5	4	5	3	5	4	5	2	5	5	2	5	5	5	5					
96	2	4	4	2	2	1	4	2	1	4	3	5	4	3	2	4	4	2	2	1	4	2	4	2	4	4	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	2	2	1	4	3					
97	2	4	5	2	5	5	3	5	5	3	5	3	5	3	2	4	5	2	5	5	3	5	5	5	3	4	5	3	5	3	3	1	3	4	4	3	4	5	2	4	5	2	4	5	2	5	3	5	3	5					
98	3	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3	4	5	3	5	5	5	5	5	3	4	5	3	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	2	4	5	3	5	5	5	5			
99	2	4	3	2	2	2	3	2	2	3	4	5	5	5	2	4	3	2	2	2	3	2	3	2	4	3	2	5	4	3	4	1	5	3	5	5	3	5	3	5	4	3	2	4	3	2	2	2	3	4					
100	2	4	5	2	3	1	5	3	1	5	4	5	5	5	2	4	5	2	3	1	5	3	5	2	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	2	4	5	2	3	1	5	4		
101	2	5	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	2	5	5	5	5	4	2	5	4	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	2	5	4	2	5	5	5	5	
102	3	4	5	3	3	5	2	3	5	2	3	5	5	2	3	4	5	3	3	5	2	3	5	3	4	5	3	5	5	5	5	4	3	2	4	3	3	4	5	2	5	5	3	4	5	3	3	5	2	3					
103	2	5	5	2	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	2	5	5	2	5	4	5	5	2	5	5	2	5	5	2	5	5	5	3	4	4	3	4	3	5	3	4	1	5	2	5	5	2	5	4	5	4				
104	3	4	5	3	2	5	2	2	5	2	3	5	3	5	3	4	5	3	2	5	2	2	5	3	4	5	3	5	3	3	3	3	3	5	4	3	3	5	3	2	5	5	3	4	5	3	2	5	2	3					
105	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	5	5	4	3	4	4	3	2	2	2	2	4	3	4	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	2	2	3							
106	2	4	5	2	2	5	3	2	5	3	4	3	4	2	4	5	2	2	5	3	2	5	2	4	5	2	4	3	4	1	4	3	5	5	3	3	4	5	2	5	5	2	4	5	2	2	5	3	3						
107	2	5	5	2	3	5	4	3	5	4	4	4	4	4	2	5	5	2	3	5	4	3	5	2	5	5	2	3	4	4	3	5	2	4	3	2	3	3	5	3	5	2	5	5	2	3	5	4	4						
108	2	4	4	2	2	1	5	2	1	5	3	5	4	3	2	4	4	2	2	1	5	2	4	2	4	4	2	4	5	3	4	4	3	2	1	3	1	4	2	4	4	4	2	4	4	2	2	1	5	3					
109	2	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	5	4	4	2	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3	2	4	3	2	5	4	3	2	2	5	2	3	5	4	2	3	5	4	3	2	4	3	2	4	4	3	4			
110	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	3	3	2	5	5	4	2	4	4	2	4	4	3	4	
111	2	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	5	5	2	4	4	2	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	5	5	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	5	5	4	2	4	4	2	4	4	3	4	
112	1	4	4	1	2	5	5	2	5	5	3	5	4	4	1	4	4	1	2	5	5	2	4	1	4	4	1	4	3	5	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	5	4	1	4	4	1	2	5	5	3					
113	2	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	4	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5				
114	3	4	4	3	3	5	4	3	5	4	4	5	3	4	4	3	3	5	4	3	4	3	5	4	3	4	4	3	5	4	5	4	3	3	5	4	3	5																	

120	1	4	3	1	4	4	5	4	4	5	3	4	5	3	1	4	3	1	4	4	5	4	3	1	4	3	1	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	5	5	3	1	4	3	1	4	4	5	3	
121	2	4	3	2	4	4	5	4	4	5	3	4	5	3	2	4	3	2	4	4	5	4	3	2	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	5	4	3	2	4	3	2	4	4	5	3
122	2	4	3	2	4	4	5	4	4	5	3	4	5	3	2	4	3	2	4	4	5	4	3	2	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	5	5	3	2	4	3	2	4	4	5	3
123	2	3	3	2	5	4	5	5	4	5	3	4	5	3	2	3	3	2	5	4	5	5	3	2	3	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	5	4	3	2	3	3	2	5	4	5	3
124	2	3	3	2	5	4	5	5	4	5	3	4	5	3	2	3	3	2	5	4	5	5	3	2	3	3	2	4	5	3	4	3	4	5	3	4	4	3	3	5	4	3	2	3	3	2	5	4	5	3
125	2	3	3	2	5	4	5	5	4	5	5	4	5	3	2	3	3	2	5	4	5	5	3	2	3	3	2	4	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	3	5	4	3	2	3	3	2	5	4	5	5
126	2	3	3	2	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3	2	3	3	2	5	5	5	5	3	2	3	3	2	3	5	3	4	3	4	5	3	4	4	3	2	5	4	3	2	3	3	2	5	5	5	5
127	2	3	3	2	5	4	5	5	4	5	5	4	5	3	2	3	3	2	5	4	5	5	3	2	3	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	2	5	4	3	2	3	3	2	5	4	5	5
128	2	4	3	2	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	4	3	2	5	5	5	5	3	2	4	3	2	4	5	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	2	5	4	3	2	4	3	2	5	5	5	5
129	2	4	3	2	5	4	5	5	4	5	3	4	5	3	2	4	3	2	5	4	5	5	3	2	4	3	2	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	5	4	3	2	4	3	2	5	4	5	3
130	2	4	3	2	5	4	5	5	4	5	3	4	5	3	2	4	3	2	5	4	5	5	3	2	4	3	2	4	5	4	5	3	4	4	3	4	4	5	3	5	4	3	2	4	3	2	5	4	5	3
131	2	4	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	4	5	2	5	5	5	5	5	5	2	4	5	2	4	4	3	5	3	5	4	5	5	4	5	2	5	4	5	2	4	5	2	5	5	5	5
132	2	4	3	2	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	2	4	3	2	5	5	5	5	3	2	4	3	2	4	5	4	4	3	5	4	3	5	4	4	2	5	4	3	2	4	3	2	5	5	5	3

Base datos: Bienestar psicológico																																													
N°	ii1	ii2	ii3	ii4	ii5	ii6	ii7	ii8	ii9	ii10	ii11	ii12	ii13	ii14	ii15	ii16	ii17	ii18	ii19	ii20	ii21	ii22	ii23	ii24	ii25	ii26	ii27	ii28	ii29	ii30	ii31	ii32	ii33	ii34	ii35	ii36	ii37	ii38	ii39	ii40					
1	4	3	5	4	5	1	4	5	3	5	3	5	1	3	4	4	2	4	4	3	3	1	3	2	2	4	4	4	3	5	4	5	1	4	5	3	5	3	5	1					
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			
3	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	3	3	4	5	4	5	4	5	4	2	5	4	2	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	4		
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			
5	4	5	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3	3	5	4	5	3	5	1	4	2	5	3	4	4	5	4	4	5	3	5	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3			
6	5	3	5	3	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5	5	4	5	4	5	5	3	4	4	4	5	3	4	4	5	3	5	3	5	5	5	5	5	1	3	5	5				
7	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			
8	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	4	3	3	4	1	4	3	4	4	2	4	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	5	3	4	3	5		
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
11	4	5	4	5	5	3	5	3	1	3	3	3	3	2	1	4	2	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
12	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	1	4	2	4	4	4	3	4	2	4	4	3	5	3	3	3	2	4	3	5	3	4	4	3	2	1	1	1	1	1		
13	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	3	4	4	4	5	5	5	1	2	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			
14	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	3	4	3	4	4	5	3	1	4	3	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
15	4	4	4	4	4	3	5	4	2	4	3	3	3	4	3	5	4	5	5	2	5	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
16	5	5	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	4	4	5	3	4	4	5	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
17	3	5	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	2	4	2	1	4	3	3	5	4	3	2	4	3	5	3	4	3	4	3	2	4	3	2		
18	5	3	5	3	5	5	3	3	3	1	3	4	4	4	5	5	4	2	4	5	2	4	5	2	4	5	2	4	5	3	5	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
19	5	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
20	4	5	5	5	4	5	4	3	4	1	5	3	5	3	5	3	4	5	4	3	2	4	2	2	3	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
21	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	2	4	3	1	5	4	4	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
22	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
23	5	5	5	2	5	5	5	5	5	4	3	2	4	3	4	5	4	2	5	5	3	4	3	5	2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
24	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	4	4	3	3	5	3	4	3	5	4	1	5	2	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
25	3	5	3	5	2	5	3	3	3	3	5	4	3	5	3	4	3	5	4	2	5	3	4	2	2	5	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
26	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	2	3	3	5	4	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4	3	
27	3	4	4	4	5	4	3	4	1	4	3	5	5	3	4	5	4	2	5	2	4	2	5	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	
28	4	4	4	4	3	3	4	4	3	5	2	4	3	3	3	4	5	3	5	2	5	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
29	3	4	4	3	1	4	5	3	4	4	3	2	1	1	4	2	4	4	4	4	2	4	2	1	5	3	3	5	4	3	1	4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	2	1	1	
30	4	5	4	4	3	5	4	3	2	2	5	2	3	4	2	3	4	5	4	3	2	4	4	4	3	4	4	5	4	4	3	5	4	3	2	2	5	4	3	2	2	3	4	3	
31	5	5	5	5	3	5	4	4	5	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
32	4	4	5	5	1	4	5	5	4	3	4	4	4	3	3	2	3	5	5	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
33	3	5	4	4	1	4	3	5	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	5	4	1	4	2	5	5	3	5	4	4	1	4	3	5	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
34	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
35	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
36	3	4	4	3	1	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	5	3	2	4	4	4	4	5	3	3	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
37	3	4	5	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	5	3	4	1	4	4	4	5	3	3	4	5	3	2	4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	
38	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	5	4	1	4	4	4	5	3	3	4	5	3	4	5	3	4	3	4	5	3	4	4	4	3	4	3	4
39	5	4	5	4	2	4	5	5	5	3	4	4	3	5	4	3	5	4	4	3	2	5	4	4	5	5	5	4	5	4	2	4	5	5	3	4	5	5	5	3	4	4	3	5	
40	3	4	5	3	3	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	5	3	1	4	4	4	5	3	3	4	5	3	4	5	3	4	3	4	5	3	4	3	4	4	3	4	
41	3	4	5	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	5	5	3	1	4	4	4	5	3	3	4	5	3	4	5	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	4	
42	3	4	5	3	3	4	5	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	5	4	3	2	4	4	4	5	3	3	4	5	3	4	4	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4
43	4	5	5	3	2	4	5	3	4	3	4	3	4	3	3	4	5	5	3	2	4	4	4	5	3	3	4	5	3	4	5	3	2	4	5	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3
44	3	4	5	3	3	4	5	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	5	4	3	2	3	5	4	5	3	3	4	5	3	2	4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	
45	3	4	5	3</																																									

67	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	5	5	4	5	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	
68	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	2	4	5	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5
69	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3	5	4	4	3	5	1	4	2	5	3	4	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3			
70	3	5	3	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5	4	5	4	5	5	5	3	4	4	4	5	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5		
71	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5		
72	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	2	4	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	
73	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
74	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
75	4	5	4	5	5	3	5	3	1	3	3	3	3	4	4	3	4	5	4	5	1	4	3	5	4	4	4	5	4	5	5	3	5	3	1	3	3	3	3	4		
76	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	1	4	2	4	4	3	4	2	4	4	3	5	3	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	1		
77	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	3	4	4	4	5	5	5	1	2	2	2	4	3	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	3		
78	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	3	4	3	4	4	5	3	1	4	3	5	4	4	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	3		
79	4	4	4	5	4	4	3	5	4	2	4	3	3	3	4	3	5	4	5	5	2	5	3	5	4	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4	2	4	3	3	3		
80	5	5	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	4	4	5	3	4	5	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	4	4		
81	4	3	5	5	4	5	1	1	4	5	3	3	5	1	3	4	4	2	4	3	1	3	2	2	2	4	4	3	5	5	4	5	1	1	4	5	3	3	5	5		
82	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	2	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
83	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	5	5	4	5	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	
84	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	2	4	5	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	
85	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3	5	4	4	3	5	1	4	2	5	3	4	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	5	5		
86	3	5	3	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5	4	5	4	5	5	5	3	4	4	4	5	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5		
87	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	
88	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	2	4	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	5	
89	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
90	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
91	4	5	4	5	5	3	5	3	1	3	3	3	3	4	4	3	4	5	4	5	1	4	3	5	4	4	4	5	4	5	3	5	3	1	3	3	3	3	5	5		
92	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	1	4	2	4	4	3	4	2	4	4	3	5	4	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	4		
93	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	3	4	4	4	5	5	5	1	2	2	2	4	3	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	3		
94	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	3	4	3	4	4	5	3	1	4	3	5	4	4	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	4		
95	4	4	4	5	4	4	3	5	4	2	4	3	3	3	4	3	5	4	5	5	2	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4	2	4	3	3	5			
96	5	5	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	4	4	5	3	4	5	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	4	5		
97	3	5	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	2	4	2	1	4	3	3	5	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	3		
98	5	3	5	3	5	5	3	3	3	1	3	4	4	4	5	5	4	2	4	5	2	4	5	5	3	5	5	3	5	3	5	5	3	3	3	1	3	4	4	5		
99	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	
100	4	5	5	5	4	5	4	3	4	1	5	3	5	3	5	3	4	5	4	3	2	4	2	2	3	4	4	5	5	4	5	4	5	3	4	1	5	3	5	5	5	
101	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	2	4	3	1	5	4	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
102	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	
103	3	5	5	2	5	5	5	5	4	3	2	4	3	4	5	4	2	5	5	3	4	3	5	2	3	3	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	4	5	
104	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	4	4	3	3	5	3	5	4	1	5	2	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	4	4	3	5		
105	3	5	3	5	2	5	3	3	3	3	3	5	4	3	5	3	4	2	5	5	3	4	2	5	2	3	3	5	3	5	2	5	3	3	3	3	3	5	4	5		
106	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4		
107	4	3	5	5	4	5	1	1	4	5	3	3	5	1	3	4	4	2	4	3	1	3	2	2	2	4	4	3	5	5	4	5	1	1	4	5	3	3	5	4		
108	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	2	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
109	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	5	5	4	5	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	
110	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	2	4	5	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
111	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3	5	4	4	3	5	1	4	2	5	3	4	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	4			
112	3	5	3	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5	4	5	4	5	5	5	3	4	4	4	5	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	5	5		
113	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	
114	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	2	4	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	4	
115	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5</																															

106	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5			
107	4	3	5	5	4	5	1	1	4	5	3	3	5	1	3	4	4	2	4	3	1	3	2	2	2	4	4	3	5	5	4	5	1	1	4	5	3	3	5			
108	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	2	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
109	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3	4	5	5	4	5	5	4	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	3		
110	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	2	4	5	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5		
111	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3	3	3	5	4	4	3	5	1	4	2	5	3	4	4	5	4	4	3	5	3	5	3	1	5	5	3			
112	3	5	3	5	5	5	5	5	1	3	5	5	5	4	5	4	5	5	5	3	4	4	4	5	3	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	5	5		
113	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5		
114	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	2	4	2	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	3	
115	5	5	5	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	
116	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
117	4	5	4	5	5	3	5	3	1	3	3	3	3	4	4	3	4	5	4	5	1	4	3	5	4	4	4	5	4	5	5	3	5	3	1	3	3	3	3	3		
118	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	1	4	2	4	4	3	4	2	4	4	3	5	3	3	5	2	4	3	4	5	3	4	4	3	2	1	5		
119	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	3	4	4	4	5	5	5	1	2	2	2	4	3	3	4	5	2	4	4	3	3	3	4	3	3	5	5		
120	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	3	4	3	4	4	5	3	1	4	3	5	4	4	4	3	5	4	4	1	5	3	5	3	1	5	3	3		
121	4	4	4	5	4	4	3	5	4	2	4	3	3	3	4	3	5	4	5	5	2	5	3	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4	2	4	3	3		
122	5	5	5	5	5	3	5	5	1	3	5	5	4	4	5	3	4	5	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4
123	3	5	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	2	4	2	1	4	3	3	5	4	3	2	4	5	3	4	3	4	4	4	3	3	
124	5	3	5	3	5	5	3	3	3	1	3	4	4	4	5	5	4	2	4	5	2	4	5	5	3	5	5	3	5	3	5	5	3	3	3	1	3	4	4	4	4	
125	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	
126	4	5	5	5	4	5	4	3	4	1	5	3	5	3	5	3	4	5	4	3	2	4	2	2	3	4	4	5	5	5	4	5	4	3	4	1	5	3	5	5		
127	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	2	4	3	1	5	4	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
128	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	
129	3	5	5	2	5	5	5	5	4	3	2	4	3	4	5	4	2	5	5	3	4	3	5	2	3	3	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	4	4	
130	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	4	4	3	3	5	3	5	4	1	5	2	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	4	3	
131	3	5	3	5	2	5	3	3	3	3	3	5	4	3	5	3	4	2	5	5	3	4	2	5	2	3	3	5	3	5	2	5	3	3	3	3	3	3	5	4	4	
132	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	5	5	4	3	5	4	2	4	3	4	1	5	5		

Resultados de las pruebas (print de pantallas)

Visible: 50 de 50 variables

	VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014	VAR00015	VAR00016	VAR00017	VARI
1	3,00	1,00	3,00	3,00	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	2,00	4,00	3,00	5,00	3,00	1,00	3,00	
2	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	3,00	2,00	5,00	3,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	2,00	5,00	
3	4,00	2,00	5,00	4,00	2,00	4,00	4,00	2,00	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	2,00	5,00	
4	4,00	2,00	5,00	4,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	2,00	5,00	
5	5,00	1,00	4,00	5,00	1,00	2,00	5,00	1,00	2,00	5,00	3,00	4,00	5,00	4,00	6,00	1,00	4,00	
6	5,00	3,00	4,00	5,00	3,00	4,00	4,00	3,00	4,00	4,00	5,00	3,00	5,00	3,00	5,00	3,00	4,00	
7	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	2,00	5,00	
8	4,00	2,00	4,00	4,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	4,00	5,00	5,00	4,00	2,00	4,00	
9	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	2,00	5,00	
10	5,00	4,00	4,00	5,00	4,00	5,00	4,00	4,00	5,00	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	4,00	4,00	
11	5,00	1,00	4,00	5,00	1,00	3,00	5,00	1,00	3,00	5,00	4,00	4,00	5,00	4,00	5,00	1,00	4,00	
12	4,00	2,00	4,00	4,00	2,00	4,00	3,00	2,00	4,00	3,00	5,00	3,00	5,00	2,00	4,00	2,00	4,00	
13	5,00	1,00	2,00	5,00	1,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	4,00	3,00	4,00	3,00	4,00	5,00	1,00	2,00
14	3,00	1,00	4,00	3,00	1,00	3,00	5,00	1,00	3,00	5,00	4,00	4,00	3,00	5,00	3,00	1,00	4,00	
15	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	3,00	5,00	2,00	3,00	5,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	2,00	5,00	
16	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	2,00	5,00	
17	4,00	2,00	4,00	4,00	2,00	2,00	1,00	2,00	2,00	1,00	4,00	3,00	5,00	4,00	4,00	2,00	4,00	
18	5,00	2,00	4,00	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	3,00	5,00	3,00	5,00	5,00	2,00	4,00	
19	5,00	3,00	4,00	5,00	3,00	5,00	5,00	3,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	5,00	3,00	4,00	
20	3,00	2,00	4,00	3,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	4,00	5,00	5,00	3,00	2,00	4,00	
21	5,00	2,00	4,00	5,00	2,00	3,00	1,00	2,00	3,00	1,00	5,00	4,00	5,00	5,00	5,00	2,00	4,00	
22	4,00	2,00	5,00	4,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	4,00	2,00	5,00	
23	5,00	3,00	4,00	5,00	3,00	3,00	5,00	3,00	3,00	5,00	2,00	3,00	5,00	5,00	5,00	3,00	4,00	
24	5,00	2,00	5,00	5,00	2,00	5,00	4,00	2,00	5,00	4,00	5,00	4,00	5,00	4,00	5,00	2,00	5,00	
25	5,00	3,00	4,00	5,00	3,00	2,00	5,00	3,00	2,00	5,00	2,00	3,00	5,00	3,00	5,00	3,00	4,00	
26																		
27																		

Estadísticos de fiabilidad de habilidades sociales

RESULTADO1 [Documento1] - IBM SPSS Statistics Viewer

```

/SCALE='ALL' VARJABES='1' ALL
/MODEL=ALPHA.
  
```

Fiabilidad

[Coajuntatoos0]

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

Casos	Válidos	N	%
	Válidos	25	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	25	100,0

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,954	50

Estadísticos de fiabilidad de bienestar psicológico

The screenshot shows the SPSS 'Resultado' (Results) window for a reliability analysis. The main text area displays the following content:

```

RELIABILITE
/VARIABLES=VAR0001 VAR0002 VAR0003 VAR0004 VAR0005 VAR0006 VAR0007 VAR0008 VAR0009
VAR0010 VAR0011 VAR0012 VAR0013 VAR0014 VAR0015 VAR0016 VAR0017 VAR0018 VAR0019 VAR0020
VAR0021 VAR0022 VAR0023 VAR0024 VAR0025 VAR0026 VAR0027 VAR0028 VAR0029 VAR0030 VAR0031
VAR0032 VAR0033 VAR0034 VAR0035 VAR0036 VAR0037 VAR0038 VAR0039 VAR0040 VAR0041 VAR0042
VAR0043 VAR0044 VAR0045 VAR0046 VAR0047 VAR0048 VAR0049 VAR0050
/SCALE ('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.
    
```

Fiabilidad

[ConjuntoDatos0]

[ConjuntoDatos1]

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

Casos	Válido	N	%
Casos Válido	25	100,0	
Excluido ^a	0	,0	
Total	25	100,0	

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

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,921	40

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

Contraste de hipótesis

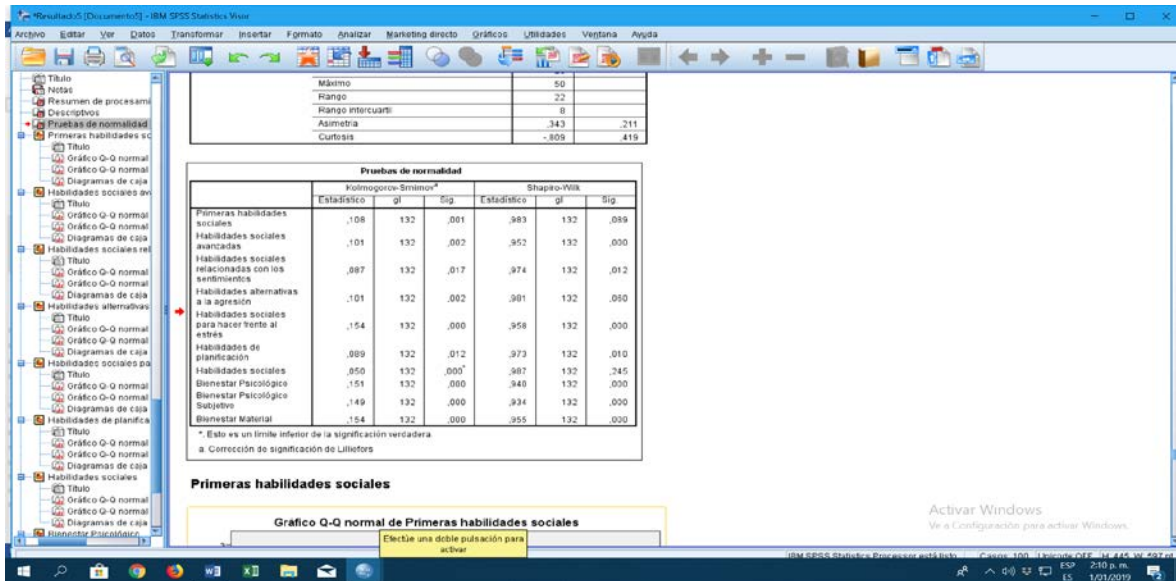
The screenshot shows the 'Vista de variables' (View Variables) window in SPSS. It displays a table with the following columns: Nombre, Tipo, Anchura, Decimales, Etiqueta, Valores, Perdidos, Columnas, Alineación, Medida, and Rol.

Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
VAR0001	Númérico	8	0	Primeras habilidades sociales	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0002	Númérico	8	0	Habilidades sociales avanzadas	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0003	Númérico	8	0	Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0004	Númérico	8	0	Habilidades alternativas a la agresión	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0005	Númérico	8	0	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0006	Númérico	8	0	Habilidades de planificación	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0007	Númérico	8	0	Habilidades sociales	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0008	Númérico	8	0	Bienestar Psicológico	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0009	Númérico	8	0	Bienestar Psicológico Subjetivo	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
VAR0010	Númérico	8	0	Bienestar Material	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
PRIMERAH...	Númérico	8	0	Primeras habilidades sociales	(1, Baja)...	Ninguno	17	Derecha	Ordinal	Entrada
HABILASOCI...	Númérico	8	0	Habilidades sociales avanzadas	(1, Baja)...	Ninguno	18	Derecha	Ordinal	Entrada
HABILASO...	Númérico	8	0	Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos	(1, Baja)...	Ninguno	17	Derecha	Ordinal	Entrada
HABILALER...	Númérico	8	0	Habilidades alternativas a la agresión	(1, Baja)...	Ninguno	17	Derecha	Ordinal	Entrada
HABILASOCI...	Númérico	8	0	Habilidades sociales para hacer frente al estrés	(1, Baja)...	Ninguno	22	Derecha	Ordinal	Entrada
HANILDAP...	Númérico	8	0	Habilidades de planificación	(1, Baja)...	Ninguno	16	Derecha	Ordinal	Entrada
HABILIDAS...	Númérico	8	0	Habilidades sociales	(1, Baja)...	Ninguno	18	Derecha	Ordinal	Entrada
BIENESPSI...	Númérico	8	0	Bienestar Psicológico	(1, Bajo)...	Ninguno	16	Derecha	Ordinal	Entrada
BIENSNET...	Númérico	8	0	Bienestar Psicológico Subjetivo	(1, Bajo)...	Ninguno	20	Derecha	Ordinal	Entrada
BIENESMA...	Númérico	8	0	Bienestar Material	(1, Bajo)...	Ninguno	16	Derecha	Ordinal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

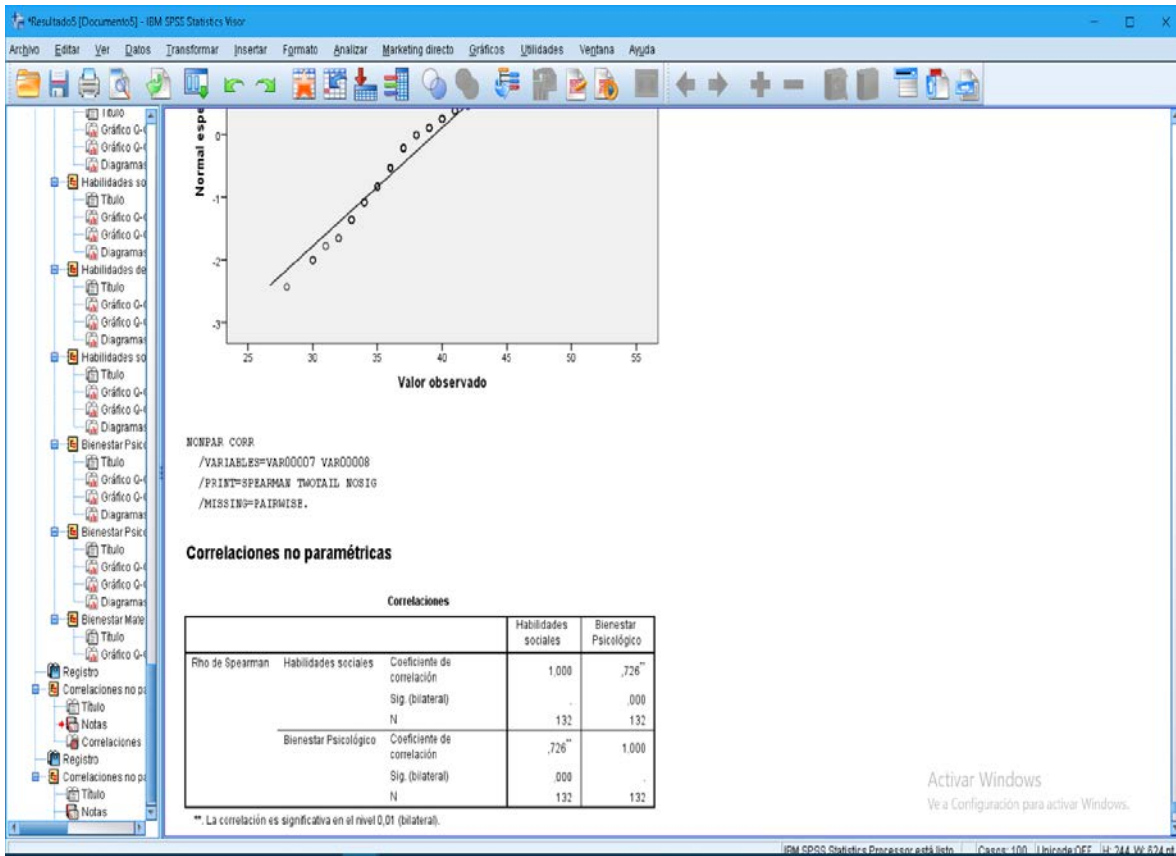
IBM SPSS Statistics Processor está listo | Casos: 100 | Unicode OFF | H: 76 W: 1767 pt

Prueba de normalidad



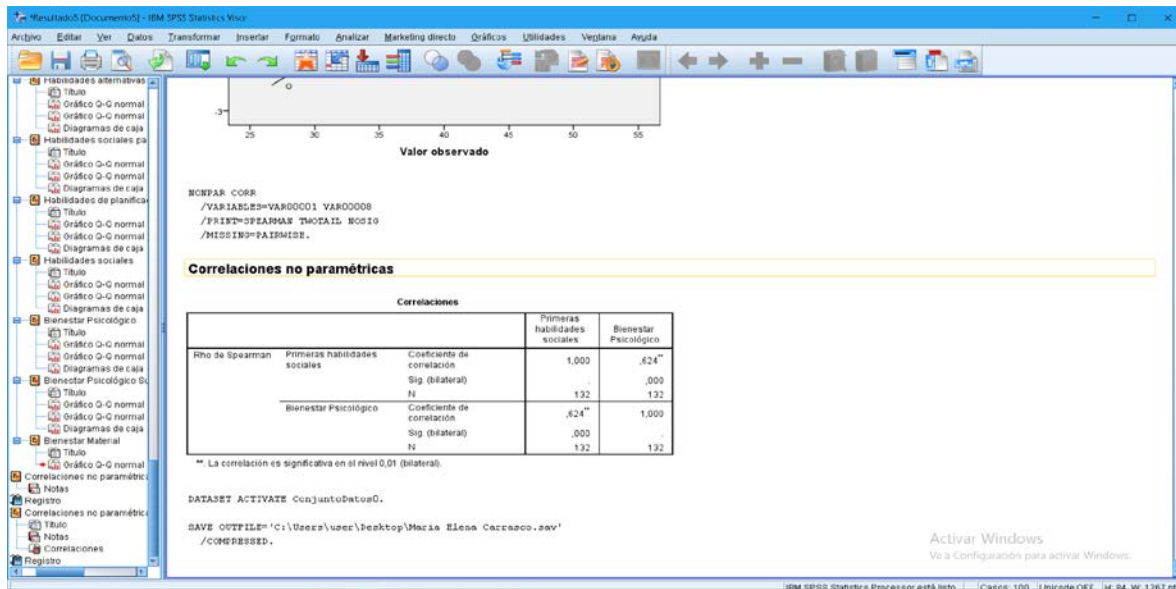
Hipótesis General

Existe relación positiva y significativa entre habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



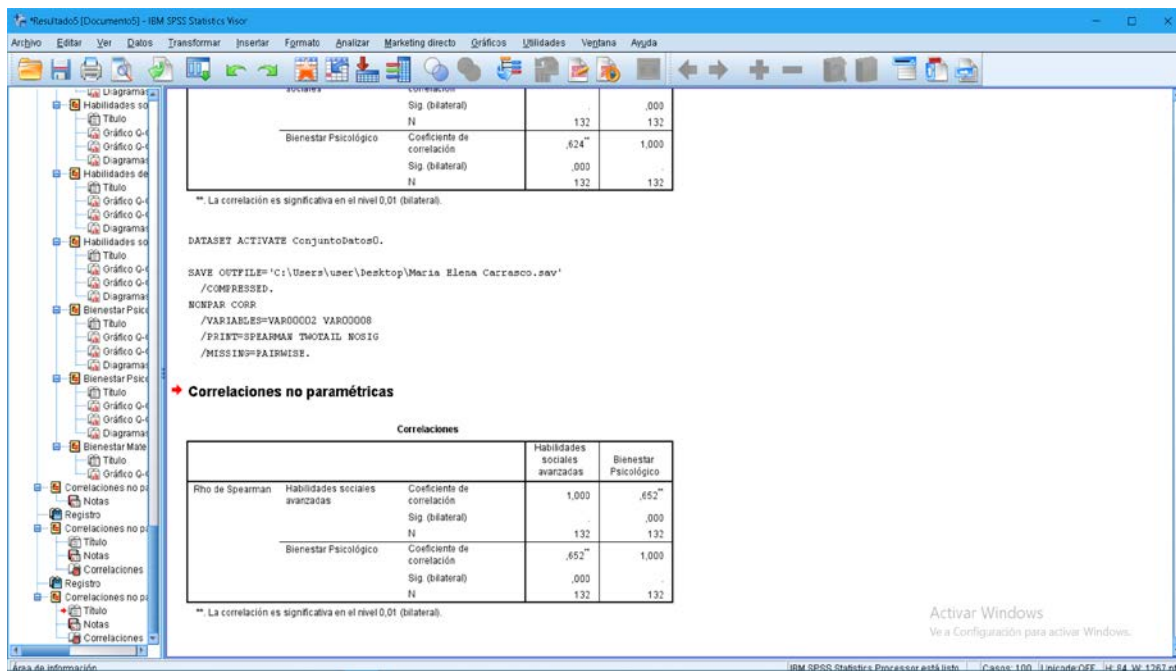
Hipótesis Específica 1

Existe relación positiva y significativa entre las primeras habilidades sociales y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



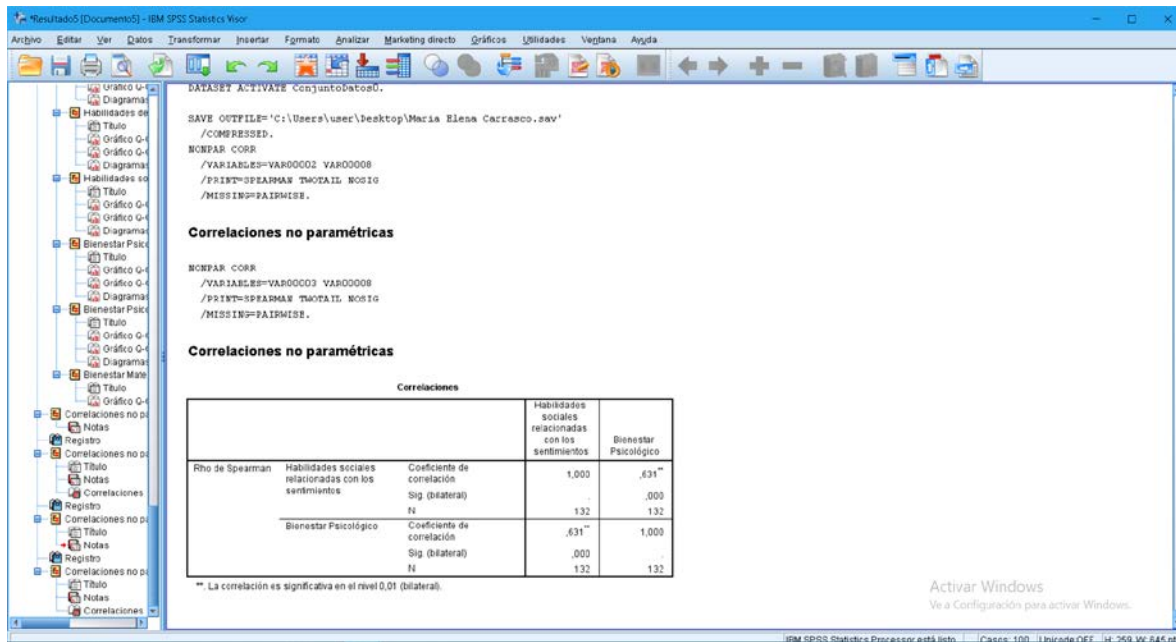
Hipótesis Específica 2

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales avanzadas y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



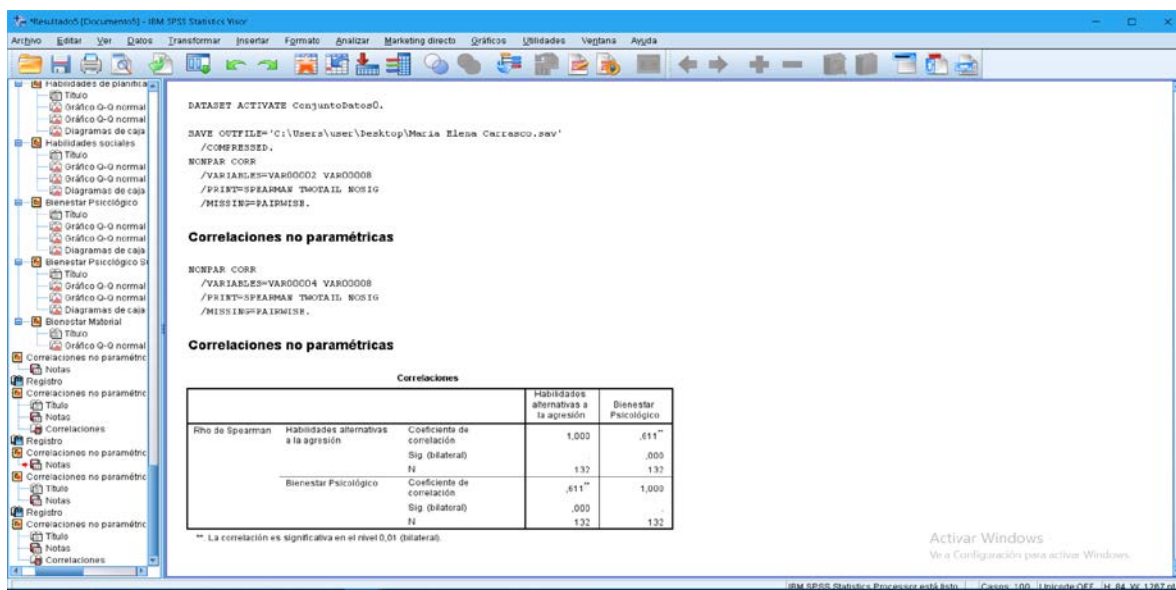
Hipótesis Específica 3

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades relacionadas con los sentimientos y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



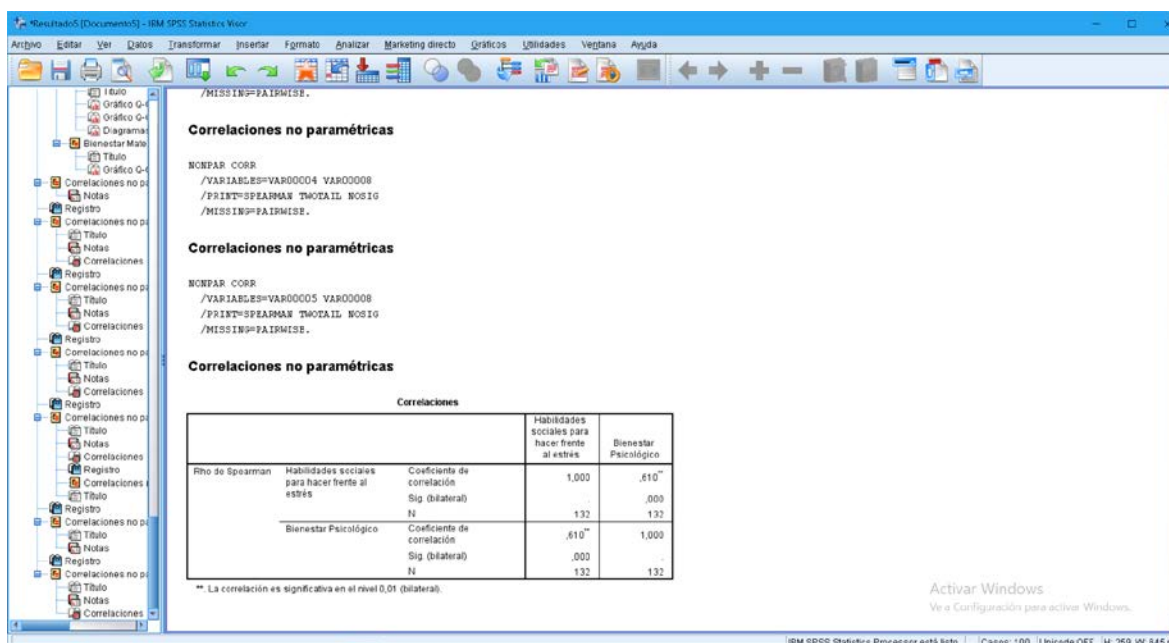
Hipótesis Específica 4

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades sociales alternativas a la agresión y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



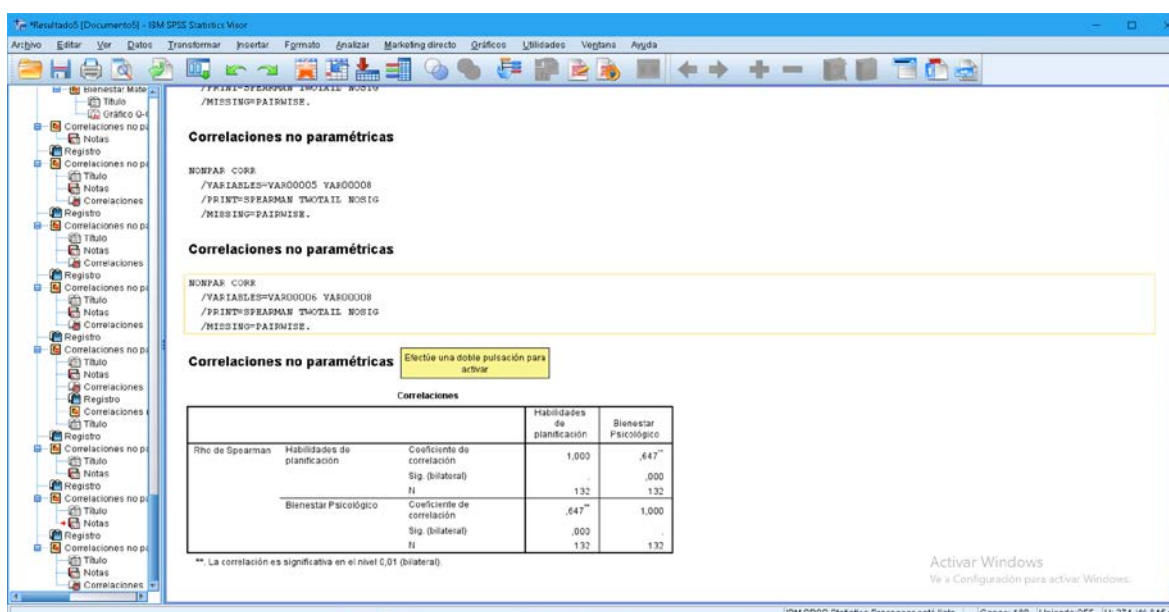
Hipótesis Específica 5

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades para hacer frente al estrés y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



Hipótesis Específica 6

Existe relación positiva y significativa entre las habilidades de planificación y el bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima



Ficha técnica

Nombre original del Instrumento:

Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein

Autor : Dr. Arnold P. Goldstein

Traducida:

Inicialmente traducida por Rosa Vásquez en 1983 y posteriormente la versión final fue traducida en nuestro medio en 1993 por Ambrosio, Tomás Rojas.

Adaptación:

Validación y estandarización en nuestro medio por Ambrosio, Tomas Rojas en (1994-1195).

Administración:

Individual o Colectiva.

Tiempo de

Aplicación:

Aproximadamente 15 minutos.

Significación:

Es una lista de chequeo conductual que evalúa las habilidades sociales y mide las siguientes áreas

- GRUPO 1 Habilidades sociales básicas
- GRUPO 2 Habilidades sociales avanzadas
- GRUPO 3 Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos.
- GRUPO 4 Habilidades alternativas a la agresión
- GRUPO 5 Habilidad para hacer frente al estrés
- GRUPO 6 Habilidades de planificación

Puntuación:

El valor por ítem a obtener mínimo es 1 y el valor máximo es de 5

Antecedentes del instrumento

La Lista de Chequeo Conductual de Goldstein fue estructurada por el Dr. Arnold P. Goldstein en New York en 1978 y fue traducida inicialmente por Rosa Vásquez en 1983 y posteriormente la versión final fue traducida (Adaptada, validada y estandarizada) en nuestro medio por Ambrosio, Tomás Rojas en 1993. (1994-1995).

El objetivo principal de esta Lista de Chequeo Conductual es determinar la deficiencia y la competencia que tiene una persona en sus habilidades sociales personales e interpersonales. Por otro lado mediante este instrumento se evalúa no solo en qué medida las personas son competentes en el empleo de una habilidad social, sino también en qué tipo de situaciones no lo son. Este instrumento además permite obtener información precisa y específica sobre el nivel de habilidades sociales de un sujeto.

Administración

Su administración es individual o colectiva a sujetos entre 12 años hacia adelante y su tiempo de aplicación es de aproximadamente de 15 minutos.

Estructura

La Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein está compuesto de un total de 50 ítems, Agrupado en 6 áreas, los cuales, se presentan en una escala graduada de 1 a 5 de la siguiente manera:

- 1.....Nunca usa esa habilidad
- 2.....Rara vez usa esa habilidad
- 3.....A veces usa esa habilidad
- 4.....A menudo usa esa habilidad
- 5.....Siempre usa esa habilidad

Los ítems se derivan de distintos estudios psicológicos que suministraron Información acerca de cuáles son las conductas acertadas que hacen que los sujetos se desenvuelven correctamente en la escuela, casa, compañeros, etc,

Calificación

La calificación es un procedimiento simple y directo se ve facilitado por la estimación que hace el sujeto de su grado competente o deficiente de sus habilidades sociales comprendidas en Lista de Chequeo de habilidades sociales el cual está indicando un valor cuantitativo.

La puntuación máxima a obtener en un ítem es 5 y el valor mínimo es 1. Es posible obtener los siguientes puntajes de medida del uso competente o deficiente de las habilidades sociales al usar la escala.

1.- El puntaje obtenido en el ítem el cual va de 1 a 5 nos permite identificar en qué medida el sujeto es competente o deficiente en el empleo de habilidades sociales, así como el tipo de situación en que los es. Las puntuaciones 1 y 2 indican en general un déficit en la habilidad.

2.- El puntaje por áreas indican las deficiencias o logros del sujeto en un área específica. Se obtiene sumando los puntajes obtenidos en los ítems comprendidos en cada área del instrumento y determinando su porcentaje máximo respecto del puntaje máximo a obtenerse en dicha área, el criterio para obtener un desempeño promedio es de 50 por ciento del puntaje máximo esperado en el área.

El porcentaje total varía entre 50-250 ya que varía en función al número de ítems que responde al sujeto cuyo valor fluctúa entre 1-5. (Ver tabla No. 1)

Interpretación

Para su interpretación se tomará en cuenta que los puntajes obtenidos en los ítems del 1 a 5 identifica que el sujeto es competente o deficiente en el empleo de habilidades sociales. Las puntuaciones 1 y 2 indican en general un déficit en la habilidad. En cambio los puntajes de altos van a reflejar que el sujeto presenta logros en las siguientes habilidades:

1.- **Primeras habilidades sociales:** Reflejan habilidades sociales básicas para interactuar con los demás tales como escuchar iniciar una conversación y presentar a otras personas.

2.- **Habilidades sociales avanzadas:** Muestran un nivel avanzado de interacción social, que tiene que ver con participar, dar instrucciones y seguirlas, disculparse y convencer a los demás.

3.- **Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos:** Se refiere al nivel de comprender sus propios sentimientos, comprender a los demás, expresar afecto y autocompensarse.

4.- **Habilidades alternativas a la agresión:** Referida a las habilidades para emplear el autocontrol, defender sus derechos, responder a las bromas, evitar problemas con los demás y no entrar en peleas.

5.- **Habilidades para hacer frente al estrés:** Referidas al nivel para responder al fracaso, responder persuasiones, enfrentarse a mensajes contradictorios, prepararse para conversaciones difíciles y hacer frente a presiones de grupo.

6.- **Habilidades de planificación:** Habilidades para tomar decisiones, establecer objetivos, resolver los problemas según su importancia y concentrarse en una tarea.

Ficha técnica

Nombre:	EBP ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO
Autor:	José Sánchez Cánovas
Aplicación	Individual – Colectiva
Ámbito de aplicación: comprendidas	Adolescentes y adultos con edades entre 17 y 90 años. La escala de relación de pareja se aplicará a partir de 26 años.
Duración:	20 – 25 minutos.
Finalidad:	Evaluación del bienestar psicológico subjetivo y del bienestar material.
Baremación:	Baremación en percentiles por rango de edad y sexo para cada escala.
Material:	Manual, cuadernillo y hoja de respuesta autocorregible.



Acta de Aprobación de originalidad de Tesis

Yo, Luis Alberto Núñez Lira, docente de la Escuela de Postgrado de la UCV y revisor del trabajo académico titulado "HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DEL 1er., 3ro., 5to y 7mo. CICLO DE LA EAP DE FISICA DE LA UNMSM, LIMA 2015; de la Maestría **María Elena Carrasco Marroquín** y habiendo sido capacitado e instruido en el uso de la herramienta Turnitin, he constatado lo siguiente:

Que el citado trabajo académico tiene un índice de similitud de 24% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, grado de coincidencia mínimo que convierte el trabajo en aceptable y no constituye plagio, en tanto cumple con todas las normas del uso de citas y referencias establecidas por la universidad César Vallejo.

Lima, enero de 2019

Luis Alberto Núñez Lira

DNI: 08012101

24 %



Habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes del 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de Física de la UNMSM, Lima 2015.

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADEMICO DE

Maestra en psicología educativa

AUTORA:

Br. Carrasco Marroquín, María Elcna

ASESOR:

Dr. Pacheco Luza, Edgar

Se están viendo fuentes estándar
Ver fuentes en inglés (Beta)

Coincidencias	
1	repositorio.upao.edu.pe 1 % <small>Fuente de Internet</small>
2	cybertesis.urp.edu.pe 1 % <small>Fuente de Internet</small>
3	www.scribd.com 1 % <small>Fuente de Internet</small>
4	es.slideshare.net 1 % <small>Fuente de Internet</small>
5	repositorio.uigv.edu.pe 1 % <small>Fuente de Internet</small>
6	posgradofeuary.org.mx 1 % <small>Fuente de Internet</small>
7	dspae.utalca.ci8888 1 % <small>Fuente de Internet</small>
8	repositorio.ucv.edu.pe 1 % <small>Fuente de Internet</small>



FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LAS TESIS

1. DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombres: (solo los datos del que autoriza)

CARRASCO MARROQUIN MARIA ELENA

D.N.I. : 09356269

Domicilio : CALLE ELIABAGUIRE 268 VALDIVIEZO - ATE

Teléfono : Fijo : Móvil : 997719939

E-mail : marielencarrasco@hotmail.com

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

Modalidad:

[] Tesis de Pregrado

Facultad :

Escuela :

Carrera :

Título :

[] Tesis de Posgrado

[x] Maestría

[] Doctorado

Grado :

Mención : MAESTRA EN PSICOLOGIA EDUCATIVA

3. DATOS DE LA TESIS

Autor (es) Apellidos y Nombres:

CARRASCO MARROQUIN MARIA ELENA

Título de la tesis:

HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLOGICO EN ESTUDIANTES DEL 1ro. y 3ro. y 5to. y 7mo. Ciclo de la EAP de FISICA DE LA UNMSM, Lima 2015.

Año de publicación : 2019

4. AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE LA TESIS EN VERSIÓN ELECTRÓNICA:

A través del presente documento,

Si autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



No autorizo a publicar en texto completo mi tesis.



Firma : Maria Elena Carrasco

Fecha : 11-01-19



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

ESCUELA DE POSTGRADO

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

MARIA ELENA CARRASCO MARROQUIN

INFORME TÍTULADO:

HABILIDADES SOCIALES Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
ESTUDIANTES DEL 1ro., 3ro., 5to. y 7mo. CICLO de la E.A.P
DE FÍSICA DE LA UNMSM, LIMA 2015.

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

SUSTENTADO EN FECHA: 06 de MARZO de 2016

NOTA O MENCIÓN: APROBADO POR MAYORÍA



FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN