

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO
ESCUELA DE POSGRADO



**HABILIDADES SOCIALES, BIENESTAR
PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
CHIMBOTE, 2018.**

TESIS

**PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN
EDUCACIÓN, MENCIÓN EN PSICOPEDAGOGÍA**

AUTOR:

Arhuis Inca, Wendy Stephany

ASESORA:

Palacios Serna, Lina Iris

FECHA SUSTENTACION: 2019-08-12

**TRUJILLO – PERÚ
2019**

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO
ESCUELA DE POSGRADO



**HABILIDADES SOCIALES, BIENESTAR
PSICOLÓGICO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
CHIMBOTE, 2018.**

TESIS

**PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO EN
EDUCACIÓN, MENCIÓN EN PSICOPEDAGOGÍA**

AUTOR:

Arhuis Inca, Wendy Stephany

ASESORA:

Palacios Serna, Lina Iris

FECHA SUSTENTACIÓN: 2019-08-12

**TRUJILLO – PERÚ
2019**

DEDICATORIA

A Dios, por la enorme bendición
que me brinda cada día en mi vida privada
como profesional, a mi abuela Nicolasa y a mi tío Oscar
que me cuidaron de niña y ahora desde cielo me protegen.

A mis padres: María y César, a mis hermanos: César,
Daniel, Sarai, Abdías y a mi sobrino Beycker
que son mi motivo para salir adelante
y cumplir todos mis objetivos.

A Miguel Ipanaqué, por el apoyo y motivación, “a pessoa que
eu amo com todo meu coração” . Y a la Dra. Iris Palacios
por su apoyo y comprensión incondicional.

RESUMEN

El siguiente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018, y como hipótesis que las variables de estudio si se relacionan de manera positiva y significativa. La muestra fue 313 estudiantes de la escuela profesional de Educación y Humanidades del I al X ciclo del semestre 2018 – II. La metodología utilizada es del tipo correlacional transversal. Se utilizó la técnica de la encuesta y se aplicó los instrumentos de Inventario de Situaciones Sociales-ISS y bienestar psicológico. Los resultados mostraron la relación significativa entre habilidades sociales, bienestar psicológico con el rendimiento académico ($r = 0.60$ y 0.71 , $p < 0.05$), asimismo, la relación de habilidades sociales y bienestar psicológico mostró una relación positiva y significativa ($r = 0.52$, $p < 0.05$), el nivel de habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico de los estudiantes universitarios obtuvieron nivel bajo 33.55%, nivel bajo 34.19% y nivel medio 42.49%, respectivamente. Concluyendo, que existe relación entre las habilidades sociales y bienestar psicológico con el rendimiento académico, asimismo el nivel de habilidades sociales fue bajo, bienestar psicológico bajo y rendimiento académico medio en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote en el año 2018.

Palabras claves: Habilidades sociales, bienestar psicológico, rendimiento académico, universitarios, Chimbote.

ABSTRACT

The following study aimed to determine the relationship between social skills, psychological well-being and academic performance among students of a Chimbote Private University, 2018, and as hypotheses that the study variables are positively and meaningfully related. The student was 313 students of the Professional School of Education and Humanities of the first semester of 2018 - II. The methodology used is of the cross-correlational type. Using the technique of the survey and applying the tools of Inventory of Social Situations-ISS and psychological bienestar. The results show a significant relationship between social skills, psychological bienestar with academic performance ($r = 0.60$ y 0.71 , $p < 0.05$), asimismo, a relationship of social skills and psychological bienestar show a positive and significant relationship ($r = 0.52$, $p < 0.05$), the level of social skills, psychological well-being and academic performance of university students obtained a low level of 33.55%, a low level of 34.19% and a medium level of 42.49%, respectively. In conclusion, there is a relationship between social skills and psychological wellbeing with academic performance, asymmetric level of social skills has been good, psychological wellbeing and average academic performance among students of a Private University of Chimbote in the year 2018.

Keywords: Social skills, psychological well-being, academic performance, university, Chimbote.

ÍNDICE

DEDICATORIA	i
RESUMEN	ii
ABSTRACT.....	iii
I. INTRODUCCIÓN	1
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	3
1.3. Objetivos.....	3
1.4. Formulación de hipótesis.....	4
1.5. Justificación del trabajo.....	5
II. MARCO TEORICO.....	7
2.1. Antecedentes.....	7
2.2. Habilidades sociales.....	13
2.3. Bienestar psicológico.....	18
2.4. Rendimiento académico.....	21
2.5. Marco conceptual.....	24
III. MATERIAL Y MÉTODOS	26
3.1. Material.....	26
3.1.1. Población.....	26
3.1.2. Muestra.....	26
3.1.3. Unidad de análisis.....	27
3.2. Métodos.....	28
3.2.1. Tipo de estudio.....	28
3.2.2. Diseño de investigación.....	29
3.2.3. Variables y operacionalización de variables.....	29
3.2.4. Instrumentos de recolección de datos.....	33
3.2.5. Procedimientos y análisis estadístico de datos.....	35
3.2.6. Consideraciones éticas.....	36
IV. RESULTADOS.....	37
V. DISCUSIÓN	42
VI. CONCLUSIONES	46
VII. RECOMENDACIONES	47
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	48
IV. ANEXOS	52

INDICE DE TABLAS

Tabla 01:Numero de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación en el Periodo 2018-II de una Universidad Privada de Chimbote.	26
Tabla 02: Matriz de Operacionalización de variables.....	31
Tabla 03 :Características de habilidades sociales en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.....	37
Tabla 04: Características de Bienestar Psicológico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.....	38
Tabla 05: Características de rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.....	39
Tabla 06: El nivel de relación de habilidades sociales y bienestar psicológico con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.....	39
Tabla 07: El nivel de relación entre el bienestar psicologico y rendimiento academico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.....	40
Tabla 08: El nivel de relación entre habilidades sociales y bienestar psicologico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.....	41

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Planeamiento de la Investigación

El rendimiento académico es el nivel de logro alcanzado por el estudiante en las asignaturas de estudio; es decir es la evaluación final sobre lo que aprendió durante el curso manifestando éxito o fracaso. Asimismo, el bajo rendimiento académico está asociado a variables pedagógicas y personales del alumno. (García, López de Castro, & Rivero, 2014)

En México, evaluaron el rendimiento académico de los universitarios lo cual reportaron frecuente alta en rendimiento bajo y la correlación más alto fue en relación con sus compañeros y el proyecto de vida, factores sociales y psicológicos. (Flores-Ortiz, Rivera-Coronel y Sánchez-Cancino, 2016).

Por otro lado, Santamaría y Valdés (2017), evaluaron a estudiantes españoles de secundaria obligatoria. Los resultados del estudio indican una asociación positiva y significativa entre rendimiento académico y habilidades sociales ($r=0.242$, $p<0.05$), para el cociente emocional con la media rendimiento no existe relación ($r=-0.195$), pero si existe relación con habilidades sociales ($r=0.440$). Es decir, a mayor habilidad social mejor es el rendimiento del alumno.

Ferrel, Vélez y Ferrel (2014) evaluaron los niveles de depresión y autoestima en estudiantes chilenos de secundaria con bajo rendimiento, lo cual reporto

mayor porcentaje en depresión 86% en el nivel moderada, mientras que el mayor porcentaje en autoestima es de 51,4% en el nivel bajo. En conclusión, se puede decir que los estudiantes con bajo rendimiento tienen altos porcentajes de depresión y baja autoestima.

Estudios similares existen en el Perú, Gonzales-Achata & Quispe-Ticona (2016) señalan en su investigación en estudiantes egresados de una universidad de Puno, reportaron que existe relación entre habilidades sociales con rendimiento académico. Así también Carranza, Hernández, y Alhuay-Quispe (2017), donde su población fueron estudiantes de pregrado de psicología en Tarapoto, las cuales reportaron relación directa entre bienestar psicológico y rendimiento académico, es decir a mayor porcentaje de bienestar psicológico mejor es su rendimiento escolar.

Cabe resaltar que, en el Perú según la según la Estadística de la Calidad Educativa ESCALE (2017) reporto según grupo de edades de (22-24 años) concluyen sus estudios superiores un 20.7% a comparación del grupo de edad de (24-32 años) con un 26.6%, es decir a mayor edad el estudiante termina sus estudios superiores. Por otro lado, los estudios son escasos a nivel nacional y local sobre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en población universitaria.

Asimismo, en la Universidad Privada de Chimbote donde se realizó el estudio,

se observó que existen bajo rendimiento académico de los estudiantes de pregrado de la escuela de educación, como también, déficit de actitudes en habilidades sociales básicas dentro de sus aulas y prácticas pre-profesionales, siendo necesarias al trabajar con niños y adolescentes. Asimismo, la asistencia a los cursos establecidos en la curricula, alta demanda de trabajos y la realización de prácticas diarias, hace que los estudiantes no se sientan bien psicológicamente, además los posibles problemas familiares, que genera en los estudiantes cansancio y falta de motivación en el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje dentro del aula, mostrando un bajo rendimiento.

1.2. Formulación del problema

¿Existe relación entre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote?

1.3. Objetivos

a) Objetivo general

- ✓ Determinar la relación entre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

b) Objetivos específicos

- ✓ Determinar el nivel de habilidades en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

- ✓ Determinar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.
- ✓ Determinar el nivel de rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.
- ✓ Determinar el nivel de relación entre habilidades sociales y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.
- ✓ Determinar el nivel de relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.
- ✓ Determinar el nivel de relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

1.4. Formulación de hipótesis

a) Hipótesis general

Ha: La relación entre habilidades sociales, bienestar psicológico son positivas y significativas con rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

b) Hipótesis Específicas

Para el presente estudio no se reportaron hipótesis en los objetivos específicos para determinar el nivel de las variables de estudio, dado que su análisis es descriptivo; mientras que, los objetivos específicos para los

niveles de relación entre las variables son:

Ha1: Determinar el nivel de relación entre habilidades sociales y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

Ha2: Determinar el nivel de relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

Ha3: Determinar el nivel de relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

1.5. Justificación del trabajo

La problemática de la investigación en los estudiantes, fueron las actitudes poco sociales, preocupación, falta de motivación, cansancio, estrés, ansiedad, baja autoestima, inseguridad y dependencia; estas causas pueden estar relacionadas y afectar el rendimiento académico.

Asimismo, las teorías de Skinner y Vyogtsky, mencionan que el ambiente social está ligado fuertemente con el comportamiento de la persona y el estado emocional. Además, mencionan que las malas conductas se pueden modificar y reforzar de manera positiva.

Es por ello, la relevancia del presente estudio, identificando el nivel de habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes y el grado de relación que existe entre ellas. A partir de ello, la

universidad pueda tomar medidas de prevención, como generar mayor promoción de su centro psicopedagógico y la creación de nuevos programas a beneficio de los estudiantes de educación.

Así también, en este estudio se utilizaron instrumentos internacionales a comparación de otros estudios, manifestando resultados más consistentes y reales; los cuales servirán como antecedentes de otros estudios y el uso de estos instrumentos.

II. MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes

a) A nivel internacional

Según Manzoor (2014) realizo un estudio sobre: “Determinación del impacto del bienestar subjetivo en el logro académico de niños en el distrito de Faisalabad”, el objetivo fue evaluar la relación del bienestar psicológico y rendimiento académico, además el nivel reportado en los niños de Pakistán. La metodología usada fue correlacional. Algunos de los resultados presentados fue que la mayoría reportó un nivel de bienestar psicológico alto (61.5% de los encuestados) y la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico mostrado por la correlación de Pearson fue de 0.159, con un $p - \text{valor} = 0.035$. Las conclusiones de este estudio fue que los estudiantes presentaron nivel alto de bienestar psicológico y que existe relación significativa entre el bienestar psicológico y rendimiento académico con relación positiva baja.

Asimismo, Santamaría y Valdés (2017) estudiaron: “Rendimiento del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria-ESO: influencia de las habilidades sociales y la inteligencia emocional”, con el objetivo de establecer la relación entre la inteligencia emocional, habilidades sociales y el rendimiento académico del alumnado que curso la ESO. El método utilizado de tipo correlacional y restrospectivo. Los resultados del estudio indican una asociación positiva y significativa entre rendimiento académico y habilidades

sociales ($r=0.242$, $p<0.05$), para el cociente emocional con la media rendimiento no existe relación ($r=-0.195$), pero si existe relación con habilidades sociales ($r=0.440$). En conclusión, se puede ser que a mayor habilidad social mejor es el rendimiento del alumno.

Además, Sánchez-López, León-Hernández y Barragán-Velásquez (2015) investigaron la correlación de inteligencia emocional, bienestar psicológico y rendimiento académico en alumnos de licenciatura, tuvieron como objetivo el grado de correlación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico y ver así están ligadas al rendimiento académico. Los resultados reportaron que el bienestar psicológico está asociado significativamente de forma negativa a rendimiento académico ($\rho = -0.220$, $p = 0.03$), asimismo una de las dimensiones de la inteligencia emocional es la habilidad social, la cual está asociada a bienestar psicológico ($r=0.387$, $p=0.0001$). En conclusión, se muestra que a mayor habilidades sociales mayor bienestar psicológico y que los estudiantes mostraron que a mayor bienestar psicológico muestran menor rendimiento académico.

También, los autores Morales y González (2014), estudiaron: “Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio”, teniendo como objetivo, analizar cuáles son las variables que se asocian y muestran causas para que exista un alto rendimiento en los estudiantes. Uno de los resultados reportados fue que el bienestar psicológico

tiene una relación negativa con rendimiento académico, pero no significativamente ($r=-0.035$; $p>0.05$), asimismo, el bienestar psicológico reporto un alto puntaje promedio de los estudiantes chilenos de 4to año de un instrumento de 13 ítems con puntajes de rango 1-3 puntos ($Me=34.79$, $SD=3.7$). En conclusión, que a mayor bienestar psicológico menor rendimiento académico, y no está asociado significativamente; también en nivel de bienestar psicológico fue alto.

Finalmente, los autores Ros, Filella y Ribes (2017), realizaron un estudio sobre: “Análisis de la relación entre competencias emocionales, autoestima, clima de aula, rendimiento académico y nivel de bienestar en educación primaria”, con el objetivo de estudio evaluar la asociación de todas las variables de estudio. Los resultados reportaron que tanto para el bienestar psicológico –emocional y rendimiento académico en las áreas de matemática, español e inglés los estudiantes obtuvieron una nota promedio de 6 con base de 10, asimismo mostró que el bienestar psicológico-emocional se encuentra asociado y predice significativamente el rendimiento académico con cada una de las asignaturas seleccionadas ($p<0.001$). En conclusión, el nivel de rendimiento académico de los estudiantes en las asignaturas seleccionadas es regular y que estas variables se encuentran asociados significativamente.

A nivel nacional

Según Gonzales-Achata y Quispe-Ticona (2016) estudiaron “Habilidades

sociales y rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación- Universidad Nacional del Altiplano-Puno, Perú” su objetivo fue evaluar la magnitud de asociación de las habilidades sociales y rendimiento en área de ciencias y letras. La metodología de investigación del estudio fue correlacional. Los resultados obtenidos mostraron que la mayoría de los estudiantes presentaron nivel regular de habilidades sociales con el 44%, y el rendimiento académico mostrado por los estudiantes en el área de ciencias y letras es de 13 y 14 respectivamente, los cuales se encuentran dentro del rango 14 – 17 de nota, es decir reportaron un nivel bueno. Asimismo, el grado de correlación de habilidades sociales y rendimiento académico para el área de ciencia y letras es positiva de 0.66 y 0.50 respectivamente. En conclusión, el presente estudio mostró que el nivel presentado por los estudiantes en habilidades sociales es regular y rendimiento académico es bueno, asimismo la relación entre habilidades sociales y rendimiento académico es positiva.

Asimismo, Carranza et al. (2017), señalan en su investigación sobre: “Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología”, con el objetivo de evaluar si existe asociación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en universitarios de la universidad de privada de Tarapoto. La metodología es correlacional de tipo transversal no experimental. Los resultados presentados mostraron que la mayoría de estudiantes presentaron rendimiento académico medio con 98%, en las

dimensiones de bienestar psicológico la mayoría de estudiantes se encuentran entre nivel bajo-promedio y la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico es positiva ($r=0.300$, $p=0.01$). En conclusión, el rendimiento académico presento un nivel medio y los estudiantes según el nivel de bienestar psicológico no superan el nivel promedio además la asociación es positiva entre rendimiento académico con bienestar psicológico, es decir a mayor bienestar psicológico mejor es su rendimiento académico.

Así también, Benavides (2017) estudio: “Habilidades sociales y rendimiento académico en los alumnos del 6to grado de instituciones educativas del nivel primario red 09, Ugel 06 – 2015”, con el objetivo de evaluar la relación de habilidades sociales y rendimiento académico de los alumnos, asimismo la metodología utilizada es descriptiva- correlacional y de tipo transversal. Los resultados obtenidos reportaron que el 66% de los participantes tienen habilidades sociales promedio y su nivel de rendimiento académico es regular, asimismo si existe relación significativa entre las variables reportando un valor de correlación positiva y buena ($r= 0.557$, $p=0.047$). Por lo mostrado podemos concluir que las habilidades sociales y el rendimiento tienen una asociación significativamente positiva.

Finalmente, Chuquin (2017) realizo un estudio sobre: “Habilidades sociales y rendimiento académico en estudiantes del cuarto año de secundaria de la institución educativa Presentación de María, distrito de comas – 2016”, con el

objetivo de ver la asociación entre las habilidades sociales y rendimiento académico, la metodología utilizada es correlación de tipo transversal. Los resultados obtenidos muestran que el 49.8% tiene nivel regular de habilidades sociales, asimismo para el rendimiento académico mostrado por los estudiantes el 92.7% se encuentra en el nivel regular. Finalmente, la correlación entre habilidades sociales y rendimiento académico es de 0.453 con p -valor = 0.034. Dados estos resultados podemos concluir que, las habilidades sociales y el rendimiento académico están significativamente asociados y tiene una relación positiva, además que los estudiantes de esta institución se encuentran en nivel promedio de habilidades sociales y rendimiento académico.

Cabe resaltar que, en el Perú según la según la Estadística de la Calidad Educativa ESCALE (2017) reporto según grupo de edades de (22-24 años) concluyen sus estudios superiores un 20.7% a comparación del grupo de edad de (24-32 años) con un 26.6%, es decir a mayor edad, el estudiante termina sus estudios superiores.

A nivel local

Los estudios son escasos a nivel local sobre habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en población universitaria de la carrera educativa. Para ello, el siguiente estudio utilizará instrumentos validados, utilizados en otros estudios a nivel internacional para evaluar si estas variables están asociadas con el rendimiento académico en universitarios de Chimbote.

2.2. Habilidades sociales

Teoría de habilidades sociales

La teoría del aprendizaje social de Skinner, menciona que la conducta está regulada por las consecuencias del medio, “estimulo-respuesta-consecuencia” este comportamiento se puede desarrollar de manera positiva o negativa.

Asimismo, la teoría sociocultural de Lev Vygotsky menciona que el ambiente es el factor directo del comportamiento de la persona.

Se puede decir que, la conducta del ser humano está en función de antecedentes y consecuencias que, si son positivas, el comportamiento se puede reforzar y que se manifiesta de acuerdo a lo que vivencia con su entorno que lo rodea. Las habilidades sociales se deben reforzar de manera directa y positiva, adquiriéndose también, mediante aprendizaje observacional y retroalimentación interpersonal. La vida de un estudiante no sólo se basa en aprender contenidos si no también el desarrollar sus habilidades desde el momento que interactúa con su entorno, siendo la familia y la escuela primordiales en su desarrollo.

Las habilidades sociales (HH. SS) es el saber escuchar, agradecer, iniciar una conversación, habilidades o comportamientos que el individuo va adquiriendo en su vida diaria, al tener relaciones interpersonales positivas adquiere bienestar personal y una mejor calidad de vida, a diferencia de quienes no, sufren de ansiedad o depresión. (Roca, 2014)

Características de las habilidades sociales

Rosales, Caparrós, y Molina (2013) definen las características de las habilidades sociales como:

- a) Son acciones que se realizan en el ambiente con la socialización del entorno donde se desenvuelve.
- b) Son elementos que se expresa desde la parte motora del cuerpo, mostrando las emociones, tanto afectivas, como lo que pensamos y comunicamos.
- c) Son conductas que expresamos de manera interpersonal e intrapersonal.

¿Para qué sirven las habilidades sociales?

Cuando el estudiante sale a exponer diversos temas al frente de sus compañeros y profesores, la mayoría sienten vergüenza y temor a equivocarse, como también el miedo de no expresar lo que suponen lo “correcto” con el temor de equivocarse y ser juzgado.

Para la mejora de habilidades sociales es necesario desarrollar las siguientes capacidades (Rosales et al., 2013):

- Expresar las emociones sin herir, como también expresar ideas y/o opiniones de manera libre.
- El respeto a sí mismo y con los demás.
- Escuchar con atención a los demás, respetando sus opiniones y felicitarle por su trabajo.

Clases de habilidades sociales

Rosales et al. (2013) mencionan que existen cuatro clases de habilidades sociales que va desarrollando el ser humano:

- Cognitivas: Esta habilidad se refiere a lo que pensamos sobre agrados, preferencias y estados de ánimo, etc.
- Emocionales: En ella se refleja las emociones ante diversas situaciones cotidianas y manifestando lo que sentimos en el momento.
- Instrumentales: Esta habilidad es lo que se pretende hacer el “cómo negociar situaciones de conflictos” y la búsqueda de alternativas.
- Comunicativas: Para esta habilidad se refleja la comunicación que puede tener la persona al iniciar y mantener conversaciones.

La regulación de pensamientos y emociones son importantes para poder modificar las conductas negativas realizando una intervención integral y/o global (Rosales et al., 2013).

Los déficits en habilidades sociales

La manifestación de este déficit de habilidades sociales se da en las relaciones sociales que puede tener la persona y se puede percibir una serie de comportamiento o actitudes inadecuados mostrando ser agresivos o violentos. Lo que toda persona debe mantener en todo momento es una conducta asertiva, es decir, mostrando nuestras emociones sin herir a la otra persona (Rosales et al., 2013).

Evaluación de las HH. SS a través del Inventario de Situaciones sociales (ISS) Guaygua y Roth (2008) elaboraron el instrumento “Inventario de Situaciones Sociales”- ISS, donde reconoce que tanto las personas tienen desarrolladas sus habilidades sociales, este instrumento está compuesta por 31 preguntas y tres factores: Otorgar/Demandar, Acercamiento/Búsqueda y auto-revelación.

1. Demandar/Otorgar: Este factor está ligada con las conductas verbales y no verbales en el contexto de socialización con sus pares. Demandar-es la selección del comportamiento, requiriendo ideas, opiniones y Otorgar-es el término libre de ideas, opiniones y credos en la interacción social.
2. Acercamiento/Búsqueda: Está ligada con las conductas verbales y no verbales en el contexto de socialización con sus pares. Es la búsqueda de iniciar conversaciones para el intercambio de palabras o información.
3. Autorevelación: Este factor manifiesta la expresión de emociones, que integra los sentimientos negativo o positivo, ideas, emociones, etc.

Programa de enseñanza de habilidades sociales de interacción social (PEHIS) Inés Monjas (como se citó en Rosales et al., 2013) menciona que el PEHIS es un programa no solo cognitivo sino también para la enseñanza de destrezas sociales, dirigido para niños(as) y adolescentes. El autor menciona que las destrezas o competencias sociales se aprenden, mediante los siguientes mecanismos que prepone:

- a) Instrucción verbal, dialogo y discusión: Este mecanismo tiene una

finalidad, busca cumplir el objetivo con el cual se quiere trabajar con el niño y enseñar aquella habilidad de acuerdo a su delimitación e importancia.

- b) Modelado: Este mecanismo es importante porque el docente y el alumno pueden modelar distintas habilidades y practicarlo en clase y los demás compañeros observar para luego aplicarlo en aula y casa.
- c) Práctica: Luego de haber observado las simulaciones del docente con los alumnos y de haber diálogo acerca de las habilidades o conductas que se desea desarrollar, los niños pueden practicarlo en el aula como en casa, para ello deben ser ensayadas con el docente en situaciones rutinarias para luego practicarlos en casa.
- d) Feedback y reforzamiento: Cuando el estudiante comience a practicar aquellas conductas, sus demás compañeros le dirán como lo hizo reforzando aquella habilidad y brindándole mayor información.
- e) Tareas: Se le asigna al estudiante actividades prácticas de las habilidades aprendidas, asimismo desarrollarlas dentro y fuera del aula con las indicaciones y la supervisión del facilitador.

Inés Monjas (como se citó en Rosales et al., 2013) integro 30 habilidades sociales que engloba el programa de enseñanza de habilidades de interacción social presentadas en seis áreas:

- Área 1: Habilidades básicas de interacción social, en esta área el estudiante desarrolla habilidades como el saludo, la cortesía, alegría y

amabilidad.

- Área 2: Habilidades para hacer amigos, el estudiante manifiesta actitud de ayuda, compartir, felicidad por el logro de su compañero, actitudes sociales, además afinidad para unirse a juegos y conversaciones.
- Área 3: Habilidades conversacionales: El estudiante inicia, mantiene y termina conversaciones e interviene en distintos grupos de amistades.
- Área 4: Habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones: El estudiante expresa sus emociones positivas o negativas de manera libre, asimismo de recibir y defender sus opiniones y derechos como persona.
- Área 5: Habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales: El estudiante pueda identificar sus propios problemas y buscar alternativas de soluciones para poder ejecutarlos.
- Área 6: Habilidades para relacionarse con los adultos: El estudiante demuestra buen trato con adultos, conversan y solucionan problemas juntos.

Para que el programa tenga éxito es importante practicarlo con sus pares.

2.3. Bienestar psicológico

Teoría de bienestar psicológico

Erik Erikson en la teoría del desarrollo psicosocial, describe los periodos del ser humano y sus conflictos. El teorista menciona que, a medida que va

transcurriendo por los diferentes periodos, va desarrollando su consciencia gracias a la interacción con sus compañeros o pares, cada una de las etapas vitales desarrolla una serie de competencias. Estas etapas presentan conflictos que permite el desarrollo individual, si la persona logra resolver estos conflictos cada uno crece psicológicamente, adquiriendo un gran potencial en su crecimiento.

Así también, Daniel Goleman indica que la teoría de inteligencia emocional es la capacidad para aprender a percibir, comprender y manejar de forma sabia y acertada las propias emociones. Para ello es importante establecer las relaciones humanas con equilibrio de la razón y las emociones. Se puede decir que, una inteligencia emocional positiva es clave de éxito.

El bienestar psicológico de Carol Ryff (como se citó en Gaxiola et al., 2016) señala que el estar bien consigo misma y la buena relación con los demás, la autonomía, el desarrollo profesional desde lo individual a lo general, es decir ello está ligado con la habilidad de poder comunicarnos intrapersonal e interpersonal de manera positiva obtenido un bienestar individual.

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2013), señala que la salud mental de las personas está ligada con el bienestar de cada persona y el enfrentamiento en situaciones diarias de la vida.

Dimensiones del bienestar psicológico de Carol Ryff

La presente son las dimensiones del bienestar psicológico según Carol Ryff

(como se citó en Gaxiola et al., 2016):

- Auto-aceptación: Se describe como la evaluación positiva del presente y pasado de la persona.
- Relaciones positivas: La comunicación y expresión con los demás de manera positiva sin herir para un bienestar personal.
- Autonomía: Realizar actividades de manera autónoma, teniendo voluntad propia de realizar un trabajo por iniciativa y voluntad.
- Dominio del entorno: La habilidad de tener dominio de su entorno, con sus amigos y de tener relaciones positivas con ello.
- Crecimiento personal: Se evalúa el crecimiento y desarrollo de la persona tanto personal como profesionalmente.
- Propósito en la vida: Se basa a las metas que quiere alcanzar y como las piensa hacer a beneficio del individuo.

Bienestar psicológico en los estudiantes universitarios

Velásquez (como se citó en Rosa-Rodríguez, Negrón, Maldonado, Quiñones, y Toledo, 2015) menciona que existen muchos estudios sobre bienestar psicológico en estudiantes universitarios, puesto que ellos, tienen una demanda de trabajos y evaluaciones constantes, tanto académicas como personales y sociales. Esto puede incidir en su rendimiento académico y las universidades pueden optar por nuevas políticas educativas, estrategias y programas a beneficio del estudiante y pueda responder a las demandas.

Según Burris (como se citó en Rosa-Rodríguez et al., 2015) señalan que al iniciar una carrera universitaria puede generar estrés y ansiedad, trastornos alimenticios, fatiga y dificultad de concentración.

Bienestar psicológico y apoyo social percibido

Según Wang y Castañeda-Sound (como se citó en Rosa-Rodríguez et al., 2015) señalan que el apoyo de la familia y/o amigos es primordial en el estudiante, como un factor del bienestar de los estudiantes, ayudando a tener una mejor calidad de vida evitando y/o disminuyendo el estrés.

2.4. Rendimiento académico

El rendimiento académico, es el resultado de conocimientos que adquiere el estudiante a través de participación en el aula, exámenes y otras propuestas por el docente para su evaluación.

Según Torres y Rodríguez (2006) señalan que el rendimiento escolar es el nivel de conocimiento que puede alcanzar el estudiante en diferentes materias de estudio.

Existen 2 tipos de rendimiento académico según Ugarriza (como se citó en Benavides, 2017):

- Rendimiento suficiente: Son las calificaciones de los estudiantes a través de las evaluaciones de aula como exámenes y trabajos.

Asimismo, los conocimientos mínimos que se exige al alumno pueden ser suficiente para aprobar la asignatura, de ser así sabrá que es suficiente o como insuficiente para aprobar.

- Rendimiento satisfactorio: Se ve reflejado cuando el alumno rinde favorablemente una asignatura y muestra que utiliza al máximo sus capacidades y cualidades.

Factores del rendimiento académico

La destreza académica es un factor importante el cual se ve reflejado en el logro educativo del estudiante. Según Ugarriza (como se citó en Benavides, 2017) señala cuatro habilidades que actúan en el logro educativo:

- ✓ Habilidad académica: Los estudiantes tienen distintas capacidades intelectuales para desarrollar las asignaturas, no todos tienen la misma destreza para la misma área, los estudiantes pueden aprobar el curso sí, pero no con la misma destreza que otros.
- ✓ Conocimientos previos: El estudiante al ingresar a una universidad compara sus conocimientos previos con lo actual, obteniendo conocimientos nuevos. Sin embargo, no todos tiene una base de aprendizajes previos ya sea por la poca instrucción, estudios escasos y el no haber conseguido aprender a cultivarse, tanto en su centro de estudios como en casa.
- ✓ Adaptación: Este factor se refiere al dominio de destrezas de estudios

elementales y vigor para llevar a cabo las actividades académicas. Es decir, cuando el estudiante modifica su comportamiento dependiendo las exigencias de los docentes, evaluaciones, enseñanza, etc.

- ✓ Actitudes hacia el trabajo académico: Las emociones y expectativas del estudiante en la universidad, el querer aprender y hacer para terminar exitosamente sus estudios, juega un papel importante, las interacciones con la familia y compañeros, pueden afectar el éxito del logro educativo. Es importante el modo positivo cómo ve el estudiante hacia el estudio, para lograr persistencia y desarrollar hábitos positivos.

Evaluación del rendimiento académico

Benavides (2017) señala que a través de la evaluación se recoge toda la información para ver cómo se encuentra el estudiante y realizar un feedback si es necesario. Así también menciona diferentes tipos de evaluación:

- ✓ La evaluación diagnóstica: Esto se refiere a la evaluación que se realiza al estudiante al inicio del curso, tanto académico, situación física, emocional, asimismo la relación con su familia para identificar como se encuentra y saber qué objetivos debe alcanzar antes de iniciar el curso.
- ✓ La evaluación sumativa: Esta evaluación se realiza al termino del curso, para ver si el estudiante alcanzo los criterios.
- ✓ La evaluación formativa: Al aplicar técnicas de evaluación cualitativa

puede servir para solucionar dificultades del estudiante en su rendimiento académico y/o las carencias observadas durante un contenido de estudio.

Niveles de rendimiento académico

El rendimiento académico no es similar para cada estudiante debido a que tienen diferentes habilidades y/o capacidades, asimismo los medios y factores que existen pueden intervenir.

Según Salcedo y Villalba (2008) emplean tres niveles de rendimiento académico:

- Bajo (0 – 12 puntos)
- Regular (12-15 puntos)
- Alto (16- 20 puntos)

2.5. Marco conceptual

- **Habilidades sociales**

Las habilidades sociales (HH.SS) es el saber escuchar, agradecer, iniciar una conversación, habilidades o comportamientos que el individuo va adquiriendo en su vida diaria, al tener relaciones interpersonales positivas adquiere bienestar personal y una mejor calidad de vida, a diferencia de quienes no, sufren de ansiedad o depresión (Roca, 2014).

La teoría de Lev Vygotsky señala que la interacción del niño con su ambiente

es fundamental, porque es ahí donde ellos socializan e interactúan con sus pares adquiriendo sus habilidades como expresar positivamente sus emociones e ideas, para ello también es importante la ayuda de los padres y docentes para contribuir en modificar aquellos malos comportamientos.

- **Bienestar psicológico**

El bienestar psicológico según Carol Ryff (como se citó en Gaxiola, Palomar, y Lever, 2016) lo define, el estar bien consigo mismo y la buena relación con los demás, la autonomía, el desarrollo profesional desde lo individual a lo general, es decir; la habilidad de poder comunicarnos intrapersonal e interpersonal de modo positivo obtenido un bienestar individual. Daniel Goleman indica que la teoría de inteligencia emocional es la capacidad para aprender a percibir, comprender y manejar de forma sabia y acertada las propias emociones. Para ello es importante establecer las relaciones humanas con equilibrio de la razón y las emociones. Una inteligencia emocional positiva es clave de éxito.

- **Rendimiento académico**

Según Torres y Rodríguez (2006) señalan que el rendimiento escolar es el nivel de conocimiento que puede alcanzar el estudiante en diferentes materias de estudio.

III. MATERIAL Y MÉTODOS

3.1. Material:

3.1.1. Población

La población de estudio son 351 estudiantes matriculados en el semestre 2018-II presencial de la escuela profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote.

Tabla 01

Número de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación en el Periodo 2018-II de una Universidad Privada de Chimbote.

Escuela profesional de educación	
Educación Inicial	322 estudiantes
Educación primaria	29 estudiantes
Total	351 estudiantes

3.1.2. Muestra

La muestra reportó ser la misma que la población de estudio, es decir se recolectó la información de todos los estudiantes de la Escuela de Educación de todos los ciclos académicos (I-X ciclo) del semestre académico 2018-II, y por motivos de exclusión de estudiantes que no completaron más del 50% del cuestionario se obtuvo una muestra final

de 313 universitarios. Asimismo, se realizó un muestreo del 10% de la muestra para obtener el análisis de confiabilidad de los instrumentos mediante el índice estadístico de alfa de Cronbach.

3.1.3. Unidad de análisis

Son los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación de I a X ciclo de una Universidad Privada de Chimbote matriculados en el semestre 2018 – II.

a) Criterios de inclusión

- Estudiantes universitarios del I – X ciclo matriculados en el semestre 2018 – II.
- Estudiantes que aceptaron participar en el estudio firmando el consentimiento y/o asentimiento informado.

b) Criterios de exclusión

- Estudiantes universitarios del I – X ciclo matriculados que se inhabilitaron en el semestre 2018- II.
- Estudiantes que no firmaron el consentimiento y/o asentimiento informado.
- Estudiantes que no realizaron completamente el cuestionario del estudio.

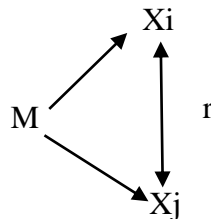
3.2. Métodos:

3.2.1. Tipo de estudio

El tipo de investigación será cuantitativo (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014), debido a que el instrumento que se utilizará para recolectar la información es numéricamente medible.

El nivel es correlacional ya que el presente estudio busca reportar la asociación entre las variables de estudio - habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico- además de transversal ya que la recolección de los datos será dada en un determinado periodo de tiempo. (Hernández et al., 2014)

Esquema:



Donde:

M: Muestra

X_i : Variable- i ($i= 1,2,3$)

X_j : Variable- j ($j= 1,2,3$) ; $i \neq j$

r : Correlación

3.2.2. Diseño de investigación

El diseño de investigación del presente estudio es no experimental, el cual se define cuando el investigador no influye en el estudio, es decir no realiza la manipulación de las variables para observarla y reportarla tal y como es. (Hernández et al., 2014)

3.2.3. Variables y operacionalización de variables

Rendimiento académico, notas promedio de los estudiantes de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote del semestre 2018-II.

Esta variable es de origen cuantitativo, pero para fines del presente estudio será categorizada de manera ordinal (Salcedo y Villalba, 2008):

- 1=Bajo (0 – 12 puntos)
- 2=Regular (12-15 puntos)
- 3=Alto (16- 20 puntos)

Habilidades sociales, esta variable cualitativa ordinal reporta el puntaje obtenido en el instrumento de Inventario de Situaciones Sociales-ISS de (Guaygua y Roth, 2008) evaluando 31 ítems. Teniendo el instrumento un puntaje total de 31 a 155 puntos, el cual será categorizado mediante baremación estadística por percentiles en tres grupos:

- 1=Bajo (31 – 95 puntos)
- 2=Medio (96 – 115 puntos)
- 3=Alto (116 – 155 puntos)

Bienestar psicológico, variable cualitativa ordinal formada por 39 ítems del instrumento bienestar psicológico hecho por Ryff (como se citó en Díaz et al., 2006). Teniendo como puntaje total de 39 a 234 puntos y será reportado en 3 categorías mediante baremación estadística por percentiles de la siguiente manera:

- 1 = Bajo (39 – 159 puntos)
- 2 = Medio (160 – 179 puntos)
- 3 = Alto (180 – 234 puntos)

Tabla 02: Matriz de Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
Variable 1:						
Rendimiento académico	Evaluación que realiza el docente a sus estudiantes (Torres y Rodríguez, 2006).	Desempeño académico	Nota promedio obtenida de los estudiantes	Esta variable será medida a través de la nota promedio obtenida en el semestre, el cual será categorizada mediante niveles.	Cualitativa ordinal	Registro académico de los estudiantes
Variable 2:						
Habilidades sociales	Según Roca (2014) define las habilidades sociales como la comunicación asertiva y las buenas relaciones con la sociedad donde se desenvuelve.	Demandar/Otorgar Búsqueda/Acercamiento	Ítems: 7,8,9,10,12,19,20,22,26 Ítems: 4,14,15,16,18,21,24,25,29,30,31	La variable será medida mediante las puntuaciones de obtenidas en el instrumento de Inventario de Habilidades Sociales (ISS), el cual será	Cualitativa ordinal	Inventario de Situaciones Sociales (ISS)

		Auto-revelación	Ítems: 1,2,3,5,6,11,13,17, 23,27,28	categorizado mediante baremación estadística por percentiles.		
Variable 3:						
Bienestar psicológico	El bienestar psicológico de Carol Ryff citado por (como se citò en Gaxiola et al., 2016) lo define como, el estar bien consigo misma y la buena relación con los demás, ligado con la habilidad del poder de la comunicación intrapersonal e interpersonal positiva.	Auto aceptación Relaciones positivas Autonomía Dominio del entorno Crecimiento personal Propósito en la vida	Ítems: 1, 7, 13, 19, 25, 31. Ítems 2, 8, 14, 20, 26, 32. Ítems 3, 4, 9, 10, 15, 21, 27, 33. Ítems 5, 11, 16, 22, 28, 39. Ítems 6,12, 17, 18, 23, 29. Ítems 24, 30, 34, 35, 36, 37, 38.	La variable será medida mediante las puntuaciones de obtenidas en el instrumento de Bienestar Psicológico creado por Carol Ryff, el cual será categorizado mediante baremación estadística por percentiles.	Cualitativa ordinal	Escala de Bienestar Subjetivo o psicológico Ryff

3.2.4. Instrumentos de recolección de datos

a) Técnica:

Se utilizó como técnica la encuesta. El cual sirvió para el recojo de información de los estudiantes universitarios.

b) Instrumentos:

- i) **Habilidades Sociales:** Para las habilidades sociales, se utilizó el Inventario de situaciones sociales (ISS), donde el instrumento original consta de 60 ítems, conformado de 15 ítems en 4 dimensiones (Acercamiento y búsqueda, Defensa/rechazo, Expresión de sentimientos y Otorgar/demandar) con una escala de Likert.

Para el presente estudio, se utilizó la versión en español validada por Guaygua y Roth (2008), en el cual se excluyeron 29 ítems, mostrando solo 31 ítems dentro de instrumento y solo se mantuvieron tres dimensiones (Otorgar/ Demandar, Acercamiento y búsqueda, Autorevelación).

La validez de este instrumento se reportó mediante validez concurrente mediante la asociación entre ISS y Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero reportando relación positiva entre las variables de estudio ($Rho= 0.419$), asimismo reporto validez mediante expertos y la validez de constructo mediante el Análisis Factorial Exploratorio mediante Componentes Principales con método Varimax reportando el,

ser significativo en la prueba de esfericidad de Bartlett reportando la viabilidad de aplicar el análisis factorial y mostrando el gráfico de sedimentación a los 3 dimensiones reportan el 46.02% de la varianza total. Finalmente, las cargas factoriales dentro de cada componente son valores mayores de 0.39 y cercanos, es decir los ítems responden para cada dimensión (Guaygua y Roth, 2008). La confiabilidad reportada por Guaygua y Roth (2008) es alta, presentando el índice de alfa de cronbach igual a 0.90. Asimismo, se aplicó una muestra piloto del 10% de la muestra (n=35) reportando una confiabilidad alta para nuestra localidad siendo igual a $\alpha=0.93$.

- ii) Bienestar Psicológico: Para medir el bienestar psicológico se utilizó la escala generada por Carol Ryff adecuada a su versión en español, la cual consta de 39 ítems distribuidos en 6 dimensiones (Autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento profesional) en escala de Likert.

La validez del instrumento, proviene del estudio realizado por Díaz et al. (2006) utilizando la validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio mostrando buenos indicadores de bondad de ajuste (CFI=0.95, SRMR< 0.08, RMSEA< 0.05, $\chi^2=615.76$ (p<0.001), NNFI>0.90). La Confiabilidad del estudio de Díaz et al. (2006) mostro una aceptable confiabilidad

según sus dimensiones ya que muestran los índices de Alfa de cronbach de 0,71 hasta 0.83. Asimismo, el muestreo piloto realizado por el presente estudio mostro que para el instrumento de bienestar psicológico el alfa de cronbach es alto ($\alpha=0.84$).

iii) Rendimiento Académico: Finalmente, para la variable rendimiento académico se utilizó el listado de las notas de las asignaturas y se obtendrá la nota promedio de los estudiantes en el semestre académico.

3.2.5. Procedimientos y análisis estadístico de datos

a) Procedimientos:

1. Se pidió el permiso correspondiente a la escuela de Educación y Humanidades de la una Universidad Privada de Chimbote.
2. Se solicitó el consentimiento informado y asentimiento informado a los(as) estudiantes del I al X ciclo de la escuela de educación del semestre 2018-II.
3. Se aplicó la encuesta a los estudiantes de la Escuela de Educación de manera aleatoria entre todos los ciclos académicos (I-X ciclo) del semestre académico 2018-II, con un promedio de 30 minutos para estudiante, reportando a 351 universitarios encuestados.
4. Finalmente, se generó una base de datos con el fin de realizar los análisis para obtener resultados de la investigación.

b) Análisis estadísticos de datos:

Para la presente investigación, se generó una base de datos en el software Microsoft Excel 2016, y se exportó al software estadístico Stata 15.0 (StataCorp, 2017) donde se realizó el análisis de resultados. Se encuestó a 351 estudiantes de la Escuela Profesional de Educación, pero debido a que algunos estudiantes no completaron el cuestionario se excluyeron 38 estudiantes. El análisis que se realizó: (i) análisis descriptivo, reportando tablas de frecuencias absolutas y porcentuales con sus respectivos gráficos para las variables. (ii) análisis bivariado donde se reportó la magnitud y significancia de asociación entre las variables en escala de medición cuantitativa- notas y puntajes obtenidos en los instrumentos- mediante el índice estadístico de correlación Pearson, siendo significativos con $p < 0.05$. Para el análisis descriptivo las variables y sus dimensiones de estudio fueron categorizadas mediante baremación por percentiles.

3.2.6. Consideraciones éticas

La siguiente investigación siguió los lineamientos éticos de la Declaración de Helsinki, y siguió las recomendaciones de ética de la UPAO, para ello; se solicitó a los universitarios menores de edad el asentimiento informado (autorización por parte de sus padres) y el consentimiento informado a participantes mayores de edad, estos documentos autorizan la participación de los estudiantes en el estudio.

IV. RESULTADOS

Tabla 03: Características de habilidades sociales en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

	n	%
Variable : Habilidades Sociales		
Dimensión 01 : Demanda/Otorgar		
Bajo	110	35.14
Medio	104	33.23
Alto	99	31.63
Dimensión 02: Búsqueda/Acercamiento		
Bajo	109	34.82
Medio	113	36.1
Alto	91	29.07
Dimensión 03: Auto- revelación		
Bajo	110	35.14
Medio	103	32.91
Alto	100	31.95
Overall (Total)		
Bajo	105	33.55
Medio	104	33.23
Alto	104	33.23

Fuente: Fuente procesada por el autor

Elaboración: Propia

En la Tabla N° 03 los resultados reportaron que los niveles de habilidades sociales en la mayoría de sus dimensiones e instrumento total mostrados por los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación se encontraba en un nivel bajo: Demanda/Otorgar (35.14%), Auto revelación (35.14%) e instrumento total (33.5%). Mientras que, en la dimensión de Búsqueda/Acercamiento la mayoría de estudiantes se encontró en el nivel medio con 36.1%.

Tabla 04: Características de Bienestar Psicológico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

	n	%
Variable : Bienestar Psicologico		
Dimensión 01: Auto-aceptación		
Bajo	143	45.69
Medio	84	26.84
Alto	86	27.48
Dimensión 02: Relaciones positivas		
Bajo	116	37.06
Medio	106	33.87
Alto	91	29.07
Dimensión 03: Autonomía		
Bajo	112	35.78
Medio	103	32.91
Alto	98	31.31
Dimensión 04: Dominio del entorno		
Bajo	123	39.30
Medio	93	29.71
Alto	97	30.99
Dimensión 05: Crecimiento personal		
Bajo	121	38.66
Medio	96	30.67
Alto	96	30.67
Dimensión 06 : Proposito de la vida		
Bajo	105	33.55
Medio	106	33.87
Alto	102	32.59
Overall (Total)		
Bajo	107	34.19
Medio	103	32.91
Alto	103	32.91

Fuente: Fuente procesada por el autor

Elaboración: Propia

Asimismo, en la Tabla N°04 los niveles mostrados para bienestar psicológico en todas sus dimensiones e instrumento total presentando un nivel bajo donde los porcentajes presentados fueron: auto aceptación (45.69%), relaciones

positivas (37.06%), autonomía (35.78%), dominio del entorno (39.30%), crecimiento personal (38.66%), propósito de vida (37.87%) y total (34.19%).

Tabla 05: Características de rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

	n	%
Rendimiento Académico		
Overall (Total)		
Bajo	75	23.96
Medio	133	42.49
Alto	105	33.55

Fuente: Fuente procesada por el autor

Elaboración: Propia

Para el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional en el año 2018, los estudiantes mostraron tener un nivel medio con el 42.49%. (Tabla N°05).

Tabla 06: El nivel de relación de habilidades sociales y bienestar psicológico con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

Variable	Rendimiento académico	
	r	p
Habilidades Sociales	0.60	0.00

Fuente: Fuente procesada por el autor

Elaboración: Propia

El nivel de relación entre habilidades sociales y rendimiento académico mostró ser positiva dado que reportó el índice de correlación de Pearson (r) de

0.60 y significativa con p – valor igual a 0.00, lo cual significa que si existe asociación entre las variables y a medida que aumente las habilidades sociales aumenta el rendimiento académico. (Tabla N°06)

Tabla 07: El nivel de relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

Variable	Rendimiento académico	
	r	p
Bienestar Psicológico	0.71	0.00

Fuente: Fuente procesada por el autor

Elaboración: Propia

Asimismo, el nivel de relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico reportó que su magnitud de relación es positiva con el índice de correlación de Pearson (r) es 0.71 y significativa con p – valor igual a 0.00, lo cual significa que si existe asociación entre las variables y que al aumentar el bienestar psicológico aumenta el rendimiento académico (Tabla N°07).

Tabla 08: El nivel de relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de una Universidad Privada de Chimbote, 2018.

Variable	Bienestar psicológico	
	r	p
Habilidades Sociales	0.52	0.00

Fuente: Fuente procesada por el autor

Elaboración: Propia

Finalmente, la relación entre habilidades sociales y bienestar psicológico se reportó que es positiva mediante la correlación de Pearson con 0.52 y significativa ($p=0.00$), es decir ambas variables están relacionadas y que al aumentar una variable aumenta la otra variable. (Tabla N°08)

V. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos sobre el nivel de habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de educación de una Universidad Privada en el 2018, obtuvieron nivel bajo con 33.55%, nivel bajo con 34.19% y nivel medio con 42.49%; respectivamente.

Para el nivel de habilidades sociales, el estudio realizado por (Gonzales-Achata y Quispe-Ticona, 2016) muestra diferencia con nuestro estudio respecto al nivel de habilidades sociales en estudiantes universitarios de Puno mostraron tener un nivel medio con 44.54%; donde las diferencias se pudieron haber dado porque dicho estudio no utilizó toda la población de estudio, el tipo de muestreo fue no probabilístico (por conveniencia) y el tamaño de muestra no es significativa ($n=119$ estudiantes), por ende, posiblemente la distribución de selección de estudiantes fue desproporcionalmente hacia los ciclos superiores.

Asimismo, para el nivel de bienestar psicológico, el estudio realizado por (Morales y González, 2014) es contradictorio con nuestro estudio dado que los estudiantes encuestados presentaron un nivel alto ($\bar{X}=34.79$ puntos de un total de 39), así como también el estudio de (Manzoor, 2014) donde el 61.5% de los estudiantes presentaron un nivel alto, siendo una de las principales causas de diferencia de estos estudios con el nuestro estudio se deba a que los estudiantes pertenecen a grados diferentes.

Para el nivel de rendimiento académico, el estudio de (Carranza et al., 2017)

muestra similitud a nuestros resultados, donde también reporta un nivel medio el 98% de los encuestados, debido que la población de estudio proviene de estudiantes con el mismo nivel de educación, asimismo, el autor (Chuquin, 2017) tiene un nivel medio de rendimiento académico con un 92.7% de los estudiantes encuestados de 4to año de secundaria. Sin embargo, el estudio realizado por (Benavides, 2017) mostró que los estudiantes tenían un nivel bajo de rendimiento académico reportando una nota promedio de 12.4 de un total de 20 de calificación, donde una de las posibles causas de diferencia entre los estudios sea la unidad de análisis utilizada, ya que encuestaron a estudiantes de instituciones educativas del grado de primaria.

Por otro lado, los resultados reportados por los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación en una universidad privada de Chimbote en el 2018, sobre los niveles de relación entre: i) habilidades sociales y rendimiento académico, ii) bienestar psicológico y rendimiento académico y iii) habilidades sociales y bienestar psicológico mostraron coherencia con las con las hipótesis planteadas dentro del estudio, dado que nos mostraron niveles de relaciones positivas ($r = 0.60, 0.71$ y 0.52 respectivamente) y significativas ($p < 0.05$).

Estudios similares al resultado reportado del nivel de relación entre habilidades sociales y rendimiento académico como el realizado por (Santamaría y Valdés, 2017) donde reportaron tener un nivel de relación

positiva y significativa ($r=0.242$, $p<0.05$), asimismo el estudio de (Gonzales-Achata y Quispe-Ticona, 2016) que evaluó las habilidades sociales con rendimiento en área de ciencias y letras, donde para cada evaluación reporto un correlación de Pearson de 0.66 y 0.50, referenciando que ambas áreas las habilidades sociales relacionadas con el rendimiento académico mostraron ser positivas; también el estudio de (Benavides, 2017) reporto mediante el índice estadístico de correlación de Spearman un nivel de relación positiva y significativa entre las variables ($Rho=0.577$, $p<0.05$), y (Chuquin, 2017) en su estudio también mostró un nivel de relación positiva y significativa ($Rho=0.45$, $p<0.05$).

Con respecto, al nivel de relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico estudios reportaron similitud como el realizado por (Sánchez-López et al., 2015) mostrando nivel de relación positiva y significativa ($r = 0.514$, $p<0.0001$). Mientras que, (Carranza et al., 2017) también mostro un nivel de relación positiva y significativa pero con magnitud baja ($r=0.300$, $p<0.000$); asimismo, un estudio realizado en Pakistán por (Manzoor, 2014) reporto un nivel de relación positiva y significativa pero con magnitud baja entre bienestar psicológico y rendimiento académico ($r=0.159$, $p\text{-valor} = 0.035$), donde para este ultimo la diferencia de magnitud de relación entre las variables se deba a la población de estudio dado que para este antecedente la unidad de análisis fueron niños.

Finalmente, para el nivel de relación entre habilidades sociales y bienestar

psicológico existen estudios que reportaron similitud como el realizado por (Sánchez-López et al., 2015) reportando una nivel de relación positiva y significativa pero su magnitud de relación fue más baja ($r=0.387$, $p<0.0001$), una de las principales causas de la similitud es que ambos estudios toman como unidad de análisis a estudiantes de pre grado, asimismo en donde se aplican los estudios tienen similar nivel sociocultural.

VI. CONCLUSIONES

El presente estudio realizado en estudiantes de una universidad privada de Chimbote en el año 2018 reportó las siguientes conclusiones:

- Las habilidades sociales de los estudiantes encuestados reportaron un nivel bajo alcanzado.
- El bienestar psicológico de los estudiantes encuestados reportó un nivel bajo alcanzado.
- El rendimiento académico de los estudiantes fue un nivel medio con lo reportado por sus calificaciones promedio.
- Las habilidades sociales de los estudiantes mostraron tener una relación positiva y significativa con el rendimiento académico.
- El bienestar psicológico de los estudiantes mostro tener una relación positiva y significativa con el rendimiento académico
- Las habilidades sociales se asocian significativamente y de forma positiva con el bienestar psicológico.

VII. RECOMENDACIONES

Según los resultados reportados en este estudio, los estudiantes de pregrado manifestaron un nivel bajo en habilidades sociales y bienestar psicológico y en el rendimiento académico reportaron un nivel medio. Estos resultados son preocupantes, puesto que, ellos están realizando sus prácticas pre-profesionales con estudiantes de la Educación Básica Regular, donde se quiere al menos contar con las habilidades básicas y con buena salud emocional al trabajar con este grupo de estudiantes. Frente a ello, se recomienda generar y promover programas preventivos desarrollados por sus docentes de aula con ayuda o supervisión de un psicopedagogo, esto ayudará a los estudiantes a mejorar su rendimiento académico y sentirse bien consigo mismos y con los demás, desarrollando así actitudes positivas.

Asimismo, las habilidades sociales y el bienestar psicológico están relacionadas con el rendimiento académico de los estudiantes, así también, las habilidades sociales con el bienestar psicológico. Para ello, se recomienda que la Universidad cuente con programas de prevención para el desarrollo de habilidades sociales y mayor promoción de su centro psicopedagógico para el bienestar psicológico de los estudiantes; asimismo, replicar dichos programas y promoción en las distintas carreras universitarias, donde los estudiantes también puedan manifestar bajo desarrollo de habilidades y bienestar psicológico ligadas con su rendimiento académico.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Benavides, K. (2017). *Habilidades sociales y rendimiento académico en los alumnos del 6to. grado de instituciones educativas del nivel primario red 09, Ugel 06 - 2015* (tesis de postgrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Carranza, R. F., Hernández, R. M., y Alhuay-Quispe, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista Internacional de Investigación En Ciencias Sociales*, 13(2), 133–146.
- Chuquin, E. (2017). *Habilidades sociales y rendimiento académico en estudiantes del cuarto año de secundaria de la institución educativa Presentación de María, distrito de Comas - 2016* (tesis de postgrado). Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Comas, Lima, Perú.
- Díaz, D., Rodríguez-Carbajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménes, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572–577.
- Estadística de la Calidad Educativa. (2017). Tendencias. Recuperado de http://escale.minedu.gob.pe/ueetendencias2016?p_auth=9MWytP6S&p_p_id=TendenciasActualPortlet2016_WAR_tendencias2016portlet_INSTANCE_t6xG&p_p_lifecycle=1&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_pos=1&p_p_col_count=3&_TendenciasActualPort
- Ferrel, F. R., Vélez, J., & Ferrel, L. F. (2014). Factores psicológicos en adolescentes escolarizados con bajo rendimiento académico: depresión y autoestima. *Encuentros*, 12(2), 35–47.
- García, Y., López de Castro, D., y Rivero, O. (2014). Estudiantes universitarios con

- bajo rendimiento académico, ¿qué hacer?. *Edumecentro*, 6(2), 272–278.
- Gaxiola, J. C., Palomar, J., y Lever, J. P. (2016). *El bienestar psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. Hermosillo, México: Qartuppi.
- Gonzales-Achata, A., y Quispe-Ticona, P. (2016). Habilidades sociales y rendimiento Académico de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación - Universidad Nacional del Altiplano - Puno Perú. *Revista de Investigaciones Altoandinas - Journal of High Andean Research*, 18(3), 331–336. doi: <https://doi.org/10.18271/ria.2016.222>
- Guaygua, M., y Roth, E. (2008). Desarrollo y Adaptación del Inventario de Situaciones Sociales (ISS): Validación Factorial, de Criterio y Cálculo de Confiabilidad. *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UCBS*, 6(2), 84–107.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación*. México.
- Manzoor, A. (2014). Determinación del impacto del bienestar subjetivo en el logro académico de niños en el distrito de Faisalabad. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(23), 2673–2678. doi: <https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n23p2673>
- Morales, M., y González, A. (2014). Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 40(1), 215–228. doi: <https://doi.org/10.4067/S0718-07052014000100013>
- Organización Mundial de la Salud. (2013). OMS | Salud mental: un estado de bienestar. Recupero de https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

- Regader, B. (2018). La Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky. Retrieved November 23, 2018, from <https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-sociocultural-lev-vygotsky>
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia, España: ACDE.
- Ros, A. R., Filella, G., y Ribes, R. (2017). Análisis de la relación entre competencias emocionales, autoestima, clima de aula, rendimiento académico y nivel de bienestar en educación primaria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 28(1).
- Rosa-Rodríguez, Y., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A., y Toledo, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31–43. doi: <https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03>
- Rosales, J., Caparrós, B., Molina, I., y Salvador, A. (2013). *Habilidades sociales*. España. McGraw.
- Salcedo, M., y Villalba, A. M. (2008). El rendimiento académico en el nivel de educación media como factor asociado al rendimiento académico en la universidad. *Civilizar. Ciencias Sociales y Humanas*, 8(15), 163–188.
- Sánchez-López, D., León-Hernández, S. R. y Barragán-Velásquez. (2015). Correlación de inteligencia emocional con bienestar psicológico y rendimiento académico en alumnos de licenciatura. *Investigación En Educación Médica*, 4(15), 126–132. doi: <https://doi.org/10.1016/j.riem.2015.04.002>
- Santamaría, B., y Valdés, V. (2017). Rendimiento del alumnado de educación secundaria obligatoria: Influencia de las habilidades sociales y la inteligencia

emocional. *International Journal of Developmental and Educational*

Psychology, 2(1), 57–66. doi: <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.918>

StataCorp. 2017. Stata Statistical Software: Release 15. College Station, TX:

StataCorp LLC

Torres, L. E., y Rodríguez, N. Y. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar

en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 11(2),

255–270.

IX. ANEXOS

Anexo 01: Instrumento de Inventario de Situaciones Sociales-IIS

INVENTARIO DE SITUACIONES SOCIALES

SEXO: FEMENINO MASCULINO EDAD: _____

CICLO ACADEMICO: _____

1.- Tengo dificultad para expresar palabras de aliento a un amigo que acaba de perder a un ser querido

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

2.- Tengo dificultad para responder a comentarios desagradables y hostiles provenientes de familiares o amigos

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

3.- Me resulta difícil resistir la insistencia de mis amigos, cuando me piden hacer algo que no quiero

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

4.- Tengo dificultad para negar un préstamo cuando se trata de una persona cercana

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

5.- Tengo dificultad para reclamar por mis derechos cuando se me acusa injustamente

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

6.- No se cómo pedir explicaciones a un amigo que ha sido grosero conmigo

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

7.- Tengo dificultad para pedir explicaciones a la persona que llega muy atrasada a nuestra cita

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

8.- Tengo dificultad para expresar lo que pienso a mis amigos cuando piden mi opinión sobre ellos

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

9.- No sé cuál es la mejor forma de expresar mi decisión cuando he cambiado de opinión

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

10.- Tengo dificultad para pedir al vendedor la devolución de mi dinero cuando el producto ha caducado o tiene fallas

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

11.- Tengo dificultad para afrontar agresiones físicas hacia mi persona
provenientes de extraños

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

12.- No se cómo responder a la intromisión de alguien cuando interrumpe una
conversación importante

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

13.- No se cómo abordar a una persona que es grosera y vulgar conmigo, cuando
necesito información de mi interés

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

14.- Tengo dificultad para iniciar una conversación con un extraño(a) del sexo
opuesto que recién conozco

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

15.- No se que hacer cuando una persona del sexo opuesto, me saluda y empieza
a conversar conmigo

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

16.- Tengo dificultad para expresar mi satisfacción cuando recibo un reconocimiento público

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

17- Tengo dificultad para oponerme al pedido de mis amigos cuando sus exigencias afectan mis intereses

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

18- No se como abordar a una persona extraña que empieza a comentarme sobre sus problemas

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

19- Tengo dificultad para expresar mis convicciones religiosas o políticas cuando son distintas a la de los demás

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

20- Tengo dificultad para reclamar de manera firme y directa cuando la conducta de los demás tiene efectos negativos en mí

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

21- No sé cuál es la mejor manera para obtener una entrevista/cita después de muchas negativas

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

22- Tengo dificultad para pedir disculpas a amigos cuando mi comentario ha sido desagradable y fuera de lugar

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

23- Tengo dificultad para responder a comentarios y opiniones que juzgan negativamente mi forma de ser

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

24- Me resulta difícil expresar opiniones poco favorables acerca de los amigos, por temor a herir sus sentimientos

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

25- Tengo dificultad para establecer límites cuando personas invaden mi privacidad

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

26- Tengo dificultad para expresar disgusto cuando se discrimina a las personas por su apariencia física

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

27- Tengo dificultad para transmitir optimismo a personas que pasan por un momento difícil

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

28- Me cuesta trabajo expresar mi cambio de opinión a las personas por no ser visto como inseguro

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

29- Tengo dificultad para iniciar darla bienvenida e iniciar una conversación con personas nuevas en el trabajo /en el curso

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

30- No sé cómo acercarme a una persona del sexo opuesto que me gusta

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

31- No sé cómo iniciar una conversación con personas con las que tengo diferencias de opinión, cuando es preciso hacerlo

Totalmente de acuerdo De acuerdo Ni acuerdo ni desacuerdo En Desacuerdo Totalmente en desacuerdo

Anexo 02: Instrumento de Bienestar psicológico

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLOGICO (Ryff, 1989)

Instrucciones: A continuación, se presentan preguntas sobre tus pensamientos y sentimientos, te pido que pienses en las dos últimas semanas y selecciones la respuesta que consideres más apropiada.

	<i>Totalmente en desacuerdo</i>	<i>En desacuerdo</i>	<i>Parcialmente en desacuerdo</i>	<i>Parcialmente de acuerdo</i>	<i>De Acuerdo</i>	<i>Totalmente de acuerdo</i>
1. Estoy contento(a) sobre cómo han resultado las cosas en mi vida.						
2. A menudo me siento solo/a porque tengo pocos amigos íntimos.						
3. Expreso mis opiniones, aunque sean opuestas a la mayoría.						
4. Me preocupa cómo se evalúan las elecciones que he hecho.						
5. Es difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga.						
6. Disfruto haciendo planes y						

trabajar para hacerlos realidad.						
7. En general, me siento seguro/a conmigo mismo/a.						
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme.						
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.						
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante.						
11. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto.						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que me propongo.						
13. Si pudiera, hay muchas cosas de mí mismo(a) que cambiaría.						
14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
15. Tiendo a estar influenciado(a) por gente con fuertes convicciones.						
16. Siento que soy responsable						

de la situación en la que vivo.						
17. Me siento bien con lo hecho en el pasado y con lo que espero hacer en el futuro.						
18. Mis objetivos en la vida han sido más satisfactorios que frustrantes.						
19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						
20. La mayoría de las personas tienen más amigos que yo.						
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen.						
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.						
24. En general, siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo/a.						
25. Me siento decepcionado/a de						

mis logros en la vida.						
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza.						
27. Me es difícil expresar mis opiniones en asuntos polémicos.						
28. Soy bueno/a manejando las responsabilidades de mi vida.						
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida.						
30. Hace tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras en mi vida.						
31. Me siento orgulloso/a de quién soy y la vida que llevo.						
32. Puedo confiar en mis amigos, y ellos en mí.						
33. Cambio mis decisiones, si mis amigos o familia están en desacuerdo.						
34. Mi vida está bien como está, no cambiaría nada.						

35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias.						
36. Realmente con los años no he mejorado mucho como persona.						
37. Con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
38. La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, cambio y crecimiento.						
39. Si me sintiera infeliz con mi vida trataría de cambiarla						