

UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS

**“HABILIDADES SOCIALES Y SATISFACCION CON LA VIDA EN
TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE CHICLAYO,2024”**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA

Bach. BELKY RUBIO TAPIA

ASESOR

MG.: DENNIS MERA QUEZADA

CÓDIGO ORCID: 0000-0002-3772-1923

LINEA DE INVESTIGACIÓN

DESARROLLO ORGANIZACIONAL

CHICLAYO – PERU

2025



DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, **DENNIS ANTONIO MERA QUEZADA**, asesor (a) del Programa/Escuela profesional de PSICOLOGIA; he realizado el debido control de originalidad de la investigación, el mismo que está dentro de los porcentajes establecidos para el nivel de pregrado/posgrado, según la Directiva de similitud vigente en la UDCH; además certifico que la versión que hace entrega es la versión final del informe cuyo Título es: **“HABILIDADES SOCIALES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE CHICLAYO,2024**; presentado por la estudiante:

BELKY EYDITH RUBIO TAPIA

Se deja constancia que la investigación antes indicada tiene un índice de similitud del 30%, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud **TURNITIN** de la Universidad Particular de Chiclayo.

Por lo que se concluye que, cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva sobre el nivel de similitud de productos acreditables de investigación vigente.

Pimentel, 6 de Marzo del 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Dennis A. Mera Quezada", is written over a horizontal line.

Dennis A. Mera Quezada
PSICOLOGO
C.Ps.P. N° 14167



UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMISION DE GRADOS Y TITULOS



ACTA DE SUSTENTACIÓN PARA TITULO PROFESIONAL

En Chiclayo, a los veintiocho días del mes de marzo del año dos mil veinticinco, ante el Jurado constituido por:

PRESIDENTE : **MG. IMELDA SEGOVIA BRAVO**
SECRETARIO : **MG. RUBEN TORO REQUE**
VOCAL : **MG. JUAN SECLÉN FLORES**

La Graduada : **RUBIO TAPIA BELKY EYDITH**

El título de la Tesis a sustentar es: **HABILIDADES SOCIALES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE CHICLAYO, 2024;**

Para optar el Título Profesional de Licenciada en **PSICOLOGIA**, obteniendo el siguiente calificativo: aprobado por MAYORÍA

MG. IMELDA SEGOVIA BRAVO
Presidente

MG. RUBEN TORO REQUE
Secretario

MG. JUAN SECLÉN FLORES
Vocal

DEDICATORIA

Dedico la culminación de mi trabajo e investigación a Dios, a mi sr. Padre, madre, hermana y esposo, que siempre me apoyaron.

BELKY RUBIO TAPIA

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme la vida y la salud lo cual ha permitido el logro de mis metas profesionales

A mis padres por su constante apoyo

BELKY RUBIO TAPIA

ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xi
I. INTRODUCCIÓN	1
II. DESARROLLO	5
III. METODOLOGÍA	10
3.1 Tipo de Investigación	10
3.2 Diseño de Investigación	10
3.3 Variables y Operacionalización	11
3.4 Población, muestra y muestreo	14
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3..6 Procedimiento de recolección de datos	16
3.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos	17
3.8 Consideraciones éticas	17
IV. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	18
V. DISCUSION DE DATOS	27
VI- RECOMENDACIONES	54
CONCLUSIONE	29
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31
ANEXOS	32

Índice de Tablas

Tabla 1 Relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	18
Tabla 2 Nivel de habilidades sociales en los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	19
Tabla 3 Nivel de satisfacción con la vida en los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024	20
Tabla 4 Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	21
Tabla 5 Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción familiar en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	22
Tabla 6 Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción amical en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	23
Tabla 7 Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la pareja en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	24
Tabla 8 Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción académica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	25
Tabla 9 Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción económica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	26

Índice de Figuras

<i>Figura 1</i>	Nivel de habilidades sociales en los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.	19
<i>Figura 2</i>	Nivel del satisfacción con la vida en los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024	20

Resumen

El presente estudio se planteó como objetivo, determinar la relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en los trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024, el cual tuvo un foque cuantitativo con diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional, considerando una muestra de 120 trabajadores de ambos sexos. Para la medición de las habilidades sociales se utilizó el cuestionario de Goldstein (1980) y para la variable satisfacción con la vida se utilizó el cuestionario de Mikkelsen (2009). Dentro de los principales resultados se halló que existe correlación entre las variables (0,814) así como nivel alto de h habilidades sociales (91%) y nivel alto de satisfacción con la vida (88%). Se concluye que, a mayor nivel habilidades sociales, mayor nivel de satisfacción con la vida.

Palabras claves: Habilidades sociales, satisfacción con la vida, trabajadores, variables, correlación.

Abstract

The objective of this study was to determine the relationship between social skills and life satisfaction in the workers of a company in Chiclayo, 2024, which had a

quantitative approach with a non-experimental design of a descriptive correlational type, considering a sample of 120 workers of both sexes. To measure social skills, the Goldstein questionnaire (1980) was used and for the life satisfaction variable, the Mikkelsen questionnaire (2009) was used. Among the main results, it was found that there is a correlation between the variables (0.814) as well as a high level of social skills (91%) and a high level of satisfaction with life (88%). It is concluded that the higher the level of social skills, the higher the level of satisfaction with life.

Keywords: Social skills, life satisfaction, workers, variables, correlation.

I. INTRODUCCIÓN

Durante los últimos años, se ha acrecentado el interés por el estudio de la forma en que los adolescentes se relacionan entre sí, partiendo de las condiciones que la sociedad actual les proporciona, identificando las características de aquellos que logran afrontar las situaciones complicadas de la vida y alcanzan el éxito, en comparación con aquellos que no logran realizarse, esto al parecer, implica el uso de recursos personales que generan y mantienen la conducta de iniciativa, como las emociones, sentimientos y habilidades de sociabilidad (Dueñas,2002).

Sin embargo, diversos estudios a nivel internacional han demostrado que, en los últimos años, los trabajadores de diversas empresas han venido presentando déficit en su capacidad para interactuar con sus pares, manifestando comportamientos irascibles, ocasionando distorsiones en los procesos comunicativos en muchas de las ocasiones concluyen en conflictos, tal como lo manifiesta Moran (2018), al sostener que, las organizaciones deben de proporcionar los espacios propicios para que el personal pueda exteriorizar y desarrollar la sociabilidad que perita estados de convivencia saludables.

Por otro lado, es importante reconocer que el ser humano busca como propósito final, la felicidad y el bienestar, sensaciones que están supeditas a la percepción subjetiva de cada persona, tal como refiere Lupano y Castro, (2010), al sostener que, el sentir de comodidad y calidez es un proceso cognoscitivo que parte de la corriente positivista de la psicología , la cual ha dado hincapié al estudio de la búsqueda del bienestar del ser humano.

En ese sentido que, se considera necesario indagar el propósito que persiguen las

personas en referencia a su satisfacción en la vida, así como la capacidad que tienen para poder conectar con el estado emocional de los demás, haciendo uso de sus recursos personales y habilidades de socialización, las cuales les permita establecer vínculos amicales y afectivos con su entorno laboral.

Es por ello que, se pretende a través del presente restudio; abordar la problemática que pone en situación de análisis las variables en estudio, conllevando al planteamiento de una de las principales interrogantes ¿Cuál es la relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, Lambayeque 2024?

La presente investigación está fundamentada desde una perspectiva salugénica, la cual es parte de la psicología positivista la cual se interesa por la funcionalidad de las personas, sino que está asociada a los factores protectores de la salud del ser humano, del mismo modo; se han utilizado instrumentos de medición psicométrica, los cuales fueron sometidos al análisis de jueces y expertos para hallar su validez y confiabilidad.

Los resultados del presente estudio, fomenta la reflexión y el análisis acerca de la relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en los colaboradores, impulsando el interés por profundizar el conocimiento acerca de las necesidades emocionales y sociales de los estudiantes.

La presente investigación, contribuye de manera directa al conocimiento de la satisfacción de los trabajadores con la vida, así como su capacidad de relacionarse con su entorno inmediato.

La presente investigación permite analizar de manera profunda acerca de la manera en que la muestra estudiada concibe la satisfacción de sus necesidades y la valoración de sus relaciones interpersonales.

Por consiguiente, se procede al planteamiento de los siguientes objetivos:

Como objetivo general se considera: Determinar la relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Así mismo, se plantean los siguientes objetivos específicos:

Identificar los niveles de habilidades sociales en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Describir los niveles de satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Determinar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Explicar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción familiar en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Explicar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción amical en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Determinar la relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la pareja en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Explicar la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción académica en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Describir la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción económica en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Por lo consiguiente, se plantea la siguiente hipótesis general:

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Así mismo, se plantean las siguientes hipótesis específicas:

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción familiar en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción amical en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la pareja en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción académica en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Ho: Existe relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción económica en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

II. DESARROLLO

Se habla de habilidades sociales al identificar comportamientos que permiten una simbiosis en el intercambio afectivo - social como parte de la convivencia y que a su vez genera compensación mutua (Peñañiel y Serrano, 2010)

Por su parte, Goleman (1996) sostiene que el saber interactuar saludablemente con la otra persona, posibilita las condiciones favorables para el éxito social.

En el mismo sentido Salvador (2016) considera que el ser humano hace uso de sus mejores recursos personal para lograr una mejor adaptación y manejo saludable de los conflictos sociales.

Es así que Vived (2011), considera que, son las experiencias personales las que permiten a una persona adquirir control y manejo de sus habilidades para relacionar, siendo las situaciones placenteras las que funcionan como reforzadores para el fortalecimiento de las mismas.

Es importante entonces, comprender la importancia de las habilidades sociales, las cuales están relacionadas con la capacidad de manejar adecuadamente las situaciones de interacción e intercambio social, y que, a su vez refleja su independencia de la capacidad intelectual, ya que; no necesariamente el desarrollo cognitivo garantiza la capacidad de desenvolvimiento social o la aceptación de grupo.

Sin embargo Goldstein et al. (1980) considera que las personas logran el éxito en la relaciones interpersonales, al desarrollar un conjunto de habilidades como:

- Habilidades sociales esenciales, identificadas por da el inicio y apertura a la interacción a través de saludos o presentaciones.

- Habilidades Avanzadas, caracterizadas por complejas y que permiten análisis del comportamiento mismo en función a los demás expresadas a través de agradecimientos, ofrecer disculpas, pedir favores, etc.
- Habilidades ligadas a la afectividad, denotan la capacidad de exteriorizar emociones y sentimientos como apertura frente a otra persona.
- Habilidades opcionales a la agresividad, se identifican por lidiar con situaciones de confrontación y que permiten manejarlas con sutileza, como la evasión, diálogo abierto, pedir y aceptar disculpas.
- Habilidades de afrontamiento a la tensión, capacidad de control emocional, expresado a y través de la capacidad de mantener un buen estado de ánimo y humor, distracción etc.
- Habilidades de planeación, caracterizadas por la capacidad de organización y planificación, lo cual permite la preparación y predisposición de comportamientos adecuados a determinadas situaciones.

En cuanto a la variable satisfacción con la vida Reyes (2017) considera que ésta es el resultado de la evaluación que hace la persona sobre los aspectos costo beneficio y la complacencia que sus condiciones de vida le ofrecen, proporcionándole sensación de felicidad.

Arita (2005), refiere que, el individuo realiza de manera inconsciente un con constante análisis respecto a sus condiciones de vida, y que a su vez; va contrastando las ganancias o beneficios personales con el pasar del tiempo.

Desde la corriente cognitiva Pavot y Diener (1993) se considera que, es el ser humano el propio crítico analítico de su propia vida, ya que va constantemente

evaluando y comparando su estado actual en función a sus condiciones pasadas y si estas van cubriendo sus expectativas.

La teoría homeostática Cummins (2002) sostiene que, la persona va construyendo su propia identidad y condición de vida en base a sus experiencias de vida, y que va regulando gradualmente sus esfuerzos según sus logros alcanzados.

Pavot et. al (1993), propone un conjunto de características para identificar la satisfacción en la persona:

- Satisfacción familiar, abocada a las condiciones que los miembros del núcleo familiar proporcionan y que a su vez permiten el desarrollo de sentido de pertenencia en el sujeto.
- Satisfacción amical, caracterizada por los vínculos que se establecen y desarrollan con el círculo social inmediato, así como aquellas relaciones amicales importantes para la persona que se transforman en apoyo y acompañamiento.
- Satisfacción de pareja, está en función al vínculo afectivo emocional hacia el ser amado y como éste puede convertirse en sostén y apoyo para la persona.
- Satisfacción académica, hace referencia a la sensación de conformidad que proporciona la elección de una carrera u oficio y que permite ser la plataforma motivacional en las decisiones de la persona.
- Satisfacción económica, está enfocada respecto a la vida financiera de la persona y como ésta permite el cumplimiento de metas y el cubrimiento de sus necesidades.

Datos y Hallazgos más importantes y relevantes

Saldaña (2022) analizaron la ***“satisfacción hacia la vida y habilidades sociales es trabajadores mexicanos”***, con una muestra a 220 estudiantes a quienes aplicaron el cuestionario de satisfacción con la vida y el cuestionario de habilidades sociales. Como resultados no se encontraron relación entre la satisfacción con la vida y las habilidades sociales, así mismo, no se hallaron correlaciones entre las dimensiones de ambas variables.

Saldivar (2021) estudiaron las ***“Habilidades sociales, estrés y bienestar con la vida en trabajadores metalúrgicos de la ciudad de México”*** considerando 120 colaboradores de ambos sexos, optando por un enfoque cuantitativo y diseño no experimental, encontraron que el 77% posee nivel alto de habilidades, así como el 84% nivel alto de bienestar, concluyendo que ambas variables logran relacionarse

Moreta, Gabior, y Barrera (2021) analizaron la “satisfacción con la vida y las habilidades sociales en personal administrativo español”, considerando a 430 trabajadores administrativos, desde un enfoque cuantitativo, encontraron que el 78% presenta nivel bajo de habilidades sociales, así como el 53% presenta nivel bajo de satisfacción, concluyendo que ambas variables se correlacionan.

Cardito (2021) analizaron las ***“Habilidades sociales y su relación con la satisfacción con la vida en colaboradores españoles”***, considerando a 220 escolares como muestra, encontrando que el 76% presenta nivel alto de habilidades y el 66% nivel alto de satisfacción, concluyendo que ambas variables logran relacionarse.

Taboada (2021) estudiaron las **“habilidades sociales y la satisfacción en la vida en trabajadores colombianos”**, encontrando que el 56% de evaluados presenta nivel alto de habilidades sociales (67%) así como el (65%), presenta nivel bajo de satisfacción, determinando que no hay correlación entre las variables.

A nivel nacional en Lima, Mendiola (2020) en su tesis sobre la **“satisfacción con la vida y las habilidades sociales en trabajadores de empresas públicas de Lima metropolitana”**, conformada por 177 colaboradores como muestra. Los resultados demostraron que existe relación significativa entre las variables.

Advíncula (2020) estudiaron las **“habilidades sociales y satisfacción con la vida en trabajadores de la capital Limeña”**, considerando a 120 colaboradores como muestra, Entre los resultados, encontró correlaciones significativas entre ambas variables.

Casalino (2020) estudiaron las **“habilidades sociales y satisfacción con la vida en trabajadores trujillanos”** considerando a 122 colaboradores como muestra. Los resultados confirmaron que existe relación altamente significativa entre ambas variables.

Carranza, Hernández, y Quispe (2020) en su **investigación “habilidades sociales y satisfacción con la vida en trabajadores de la ciudad de Tarapoto”**, con una muestra de 22º colaboradores. Su estudio fue de diseño no experimental y tipo correlacional, concluyendo que existe correlación entre las variables.

Salvador (2020) en su estudio sobre habilidades sociales y satisfacen con la vida en trabajadores de una empresa de la ciudad de Trujillo” considerando a 101 colaboradores como muestra. Los resultados demuestran que existe relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida.

A nivel local, Casimiro (2022), analizaron la **“satisfacción con la vida y las habilidades sociales en trabajadores de una empresa agropecuaria de la ciudad de Chiclayo”**, considerando una muestra de 122 colaboradores, hallando que el nivel de satisfacción es alto (86%) así como el nivel de habilidades sociales es alto (59%), concluyendo que ambas variables de relacionan entre sí.

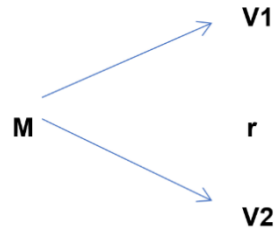
III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo de Investigación

Para propósito del presente estudio se optó por el enfoque cuantitativo, el cual ofreció resultados numéricos que a su vez permitieron en análisis de dichos resultados . (Hernández, 2010).

3.2 Diseño de Investigación

No Experimental, de tipo correlacional descriptivo, en este sentido, durante el desarrollo del presente estudio no se han intervenido ni manipulado ambas variables (Hernández, 2010). El diseño se esquematizó de la siguiente manera:



Dónde:

- **M** : Trabajadores
- **V1** : Habilidades sociales
- **V2** : Satisfacción con la vida
- **r** : Relación

3.3 Variables y Operacionalización

3.3.1 Variables

Variable 1: Habilidades sociales

Conglomerado de recursos personales que permiten el intercambio socioemocional de manera armoniosa con los demás (Goldstein, 1980).

Variable 2: Satisfacción con la vida

Análisis y juicio valorativo que la persona realiza sobre sus propias condiciones de vida (Pavot, Colvin y Sandvik, 1991)

3.3.2 Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
HABILIDADES SOCIALES	Conglomerado de recursos personales que permiten el intercambio socioemocional de manera armoniosa con los demás (Goldstein, 1980). (Goldstein, 1980).	Dichas habilidades están clasificadas en seis grupos: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con los sentimientos, habilidades de planificación, habilidades para hacer frente al estrés y para habilidades alternativas a la agresión. Permite obtener datos sobre habilidades sociales en las estudiantes de investigación.	Primeras habilidades sociales	Escuchar Iniciar una conversación Formular una pregunta	1,2,3,4, 5,6,7	Ordinal Alto Medio Bajo
			Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda Participar Dar instrucciones	8,9,10,1 1,12,13, 14,15	
			Habilidades relacionados con los sentimientos	Conocer los propios sentimientos Expresar los sentimientos Comprender los sentimientos de los demás	16,17,1 8,19,20, 21,22,2 3,24,25	
			Habilidades de planificación	Pedir permiso Compatir algo Ayudar a los demás	26,27,2 8,29,30, 31,32,3 3,34	
			habilidades para hacer frente al estrés	Formular una queja Responder a una queja Defender a un amigo	35,36,3 7,39,39, 40,41	
			Habilidades alternativas a la agresión	Tomar decisiones Recoger información Concentrarse en una tarea	42,43,4 4,45,46, 47,48,4 9,50	

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
SATISFACCIÓN CON LA VIDA	Análisis y juicio valorativo que la persona realiza sobre sus propias condiciones de vida (Pavot, Colvin y Sandvik, 1991)	Escala de satisfacción con la vida elaborada por Diener (1985), adaptada por Mikkelsen (2009). La escala cuenta con 10 ítems, y es multifactorial: satisfacción con la vida, satisfacción familiar, satisfacción amical, satisfacción con pareja, satisfacción académica y satisfacción económica.	Satisfacción con la vida	Satisfacción con la vida en el ámbito general.	1,2,3,4,5,6,7	Ordinal Medio Alto Bajo
			Satisfacción familiar	Satisfacción con los miembros de la familia.	8,9,10,11,12,13,14,15	
			Satisfacción amical	Satisfacción con sus pares sociables.	16,17,18,19,20,21,22,23,24,25	
			Satisfacción con pareja	Satisfacción en la relación de pareja.	26,27,28,29,30,31,32,33,34	
			Satisfacción académica	Satisfacción con respecto al área académica.	35,36,37,39,39,40,41	
			Satisfacción económica	Satisfacción con respecto a sus ingresos.	42,43,44,45,46,47,48,49,50	

3.4 Población y muestra y muestreo

Población

La población está constituida por personal directivo, administrativo, los cuales ascienden a 120.

Muestra

La muestra estará constituida por el 100% del personal de la consultora E&D Asociados S.R.l

Muestreo

La elección de los sujetos parte del presente estudio, según criterio de la investigadora, determinada por las características de la muestra siguiendo los propósitos de la investigación, la cual es parte de la técnica muestral censal o no probabilística (sampleri,2010)

Criterios de Inclusión

- Personal administrativo
- Personal de ambos sexos

Criterios de Exclusión

- Proveedores
- Personal que no desee ser parte del estudio
- Personal que no se encuentre presente en el momento de la evaluación

3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

La medición de las variables, así como la obtención de datos se canalizaron a través de la aplicación de instrumentos de evaluación, los cuales forman parte de la técnica psicométrica, en el mismo sentido se procedió a la elaboración de la sabana o base de datos, los cuales fueron procesados y analizados con el software estadístico SPSS,26, que permitió la tabulación y análisis correlacional.

Cuestionario de Habilidades Sociales

Ficha técnica

Nombre del instrumento: Cuestionario de Habilidades Sociales

Autor original: Goldstein

Ámbito de aplicación: General

Duración: Indeterminado, pero con el tiempo promedio de entre 15 y 20 minutos.

Administración: De 30 minutos

Material: Manual, protocolo y software de calificación.

Finalidad: Evaluación del nivel de habilidades sociales.

Descripción del instrumento

El cuestionario permite la medición válida y confiable de las habilidades sociales a través de un conjunto de ítems que fueron diseñados y contruidos para medir de forma general como específica a través de sus dimensiones.

Validez

Se obtuvo a través del proceso de análisis o juicios de expertos, los cuales determinaron la pertinencia del instrumento para medir adecuadamente la variable.

Confiabilidad

Se obtuvo un índice de 0.86, determinando alta confiabilidad para medir la variable.

Cuestionario de Satisfacción con la vida

Ficha Técnica

- **Nombre del instrumento** : Cuestionario de satisfacción con la vida
- **Autor original** : Mikkelsen, F. (2009)
- **Administración** : Colectiva e individual.
- **Duración** : 20 minutos
- **Aplicación** : Adolescentes y adultos.
- **Significación** : Evalúa nivel de satisfacción con la vida
- **Usos** : General
- **Materiales** : Cuestionario y plantilla de calificación.

Descripción del instrumento

El cuestionario permite la medición válida y confiable de la satisfacción con la vida a través de un conjunto de ítems que fueron diseñados y contruidos para medir de forma general como específica a través de sus dimensiones.

Validez

Se obtuvo a través del proceso de análisis o juicios de expertos, los cuales determinaron la pertinencia del instrumento para medir adecuadamente la variable.

Confiabilidad

Se obtuvo un índice de 0.97, determinando alta confiabilidad para medir la variable.

3.6 Procedimiento de recolección de datos

Se procederá a la aplicación de los cuestionarios que miden compromiso organizacional y desempeño laboral, previamente se solicitarán los permisos correspondientes. Posteriormente, se revisarán las pruebas para cumplir con los criterios de exclusión y así obtener datos fidedignos.

3.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Se hará uso de la técnica tipo encuesta, la cual permitirá, la medición de las variables considerando criterios psicométricos, iniciando por la aplicación de los instrumentos que arrojarán los resultados que facilitarán la elaboración de base de datos, los cuales se procesarán haciendo uso del paquete estadístico SPSS versión 26, así como el coeficiente de correlación de Pearson para hallar las descripciones y correlaciones de las variables y las dimensiones.

3.8 Consideraciones éticas

Se tuvieron en cuenta los criterios éticos de la normativa APA (7° edición), respetando en todo momento los derechos de las personas que fueron parte del presente estudio, del mismo modo; se consideraron los códigos éticos y deontológicos del colegio de psicólogos del Perú, quien en sus artículos 45°, 46° y 46°, sostienen que el profesional en psicología debe ceñirse a los procedimientos del rigor científico haciendo uso en todo momento instrumentos de evaluación válidos y confiables, del mismo modo, considera en sus artículos 48° y 49° sobre la adaptación, explicación y del objeto y e intención de la labor científica a las personas sometidas al proceso.

IV.- ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.

5.1. Presentación de Resultados

Tabla 1

Relación entre habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024.

Correlaciones		Habilidades sociales	Satisfacción con la vida
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	,814
	Sig. (bilateral)		0,000
	N	100	100
	Correlación de Pearson	,814	1
Satisfacción con la vida	Sig. (bilateral)	0,000	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N°1, sobre la relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa privada de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,814, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

Tabla 2.

Nivel de habilidades sociales en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Habilidades sociales		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	101	91,00%
	Medio	15	7,00%
	Bajo	4	2,0%
	Total	120	100,0%

Como se puede apreciar en la presente tabla N°2, sobre los niveles de habilidades sociales en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, el índice de frecuencia más elevado se encuentra en el nivel alto con (101), reflejando un porcentaje estadístico de (91%), lo que nos permite aseverar que la muestra estudiada presenta elevados indicadores de habilidades específicos para el contacto interpersonal y la resolución de problemas interpersonales.

Gráfico N° 1

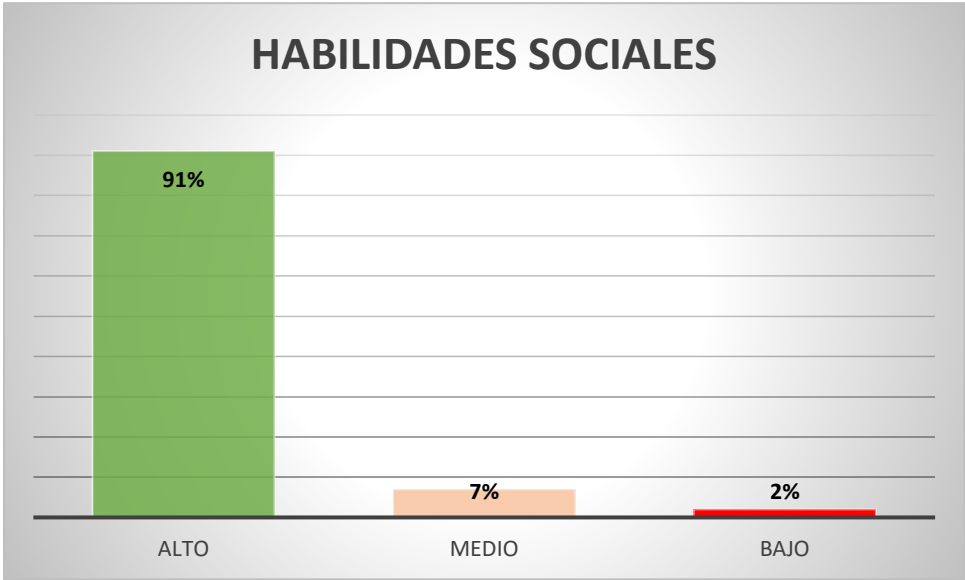


Tabla 3.

Nivel de satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Satisfacción con la vida		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Alto	99	88,00%
	Medio	14	9,00%
	Bajo	7	3,0%
	Total	120	100,0%

Como se puede apreciar en la presente tabla N°3, sobre los niveles de satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, el índice de frecuencia más elevado se encuentra en el nivel alto con (99), reflejando un porcentaje estadístico de (88%), lo que nos permite aseverar que la muestra estudiada presenta capacidad de evaluación sobre la vida de si mismos, dependiendo los criterios según su percepción individual.

Gráfico N° 2

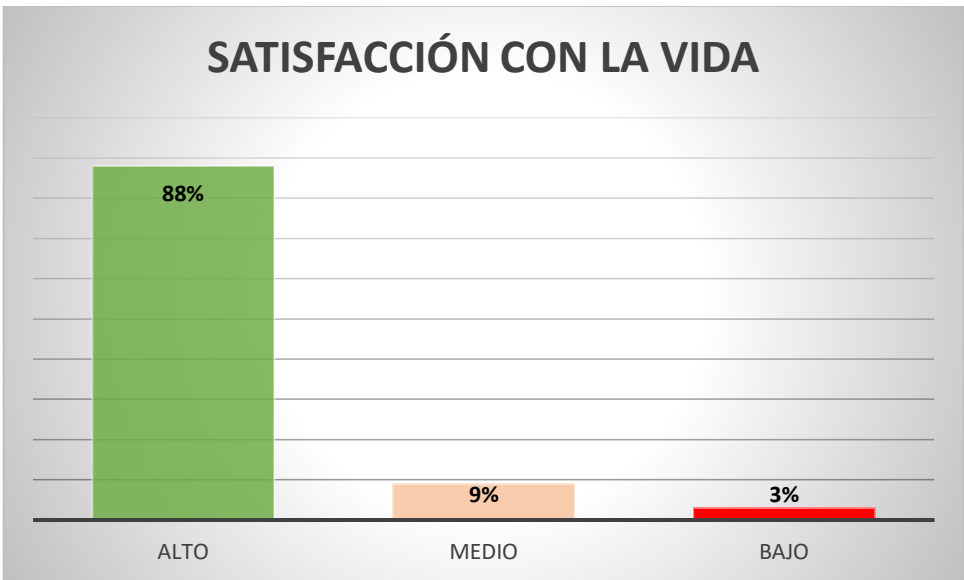


Tabla 4

Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Correlaciones			
		Habilidades sociales	Satisfacción con la vida
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	,701
	Sig. (bilateral)		0,000
	N	100	100
Satisfacción con la vida	Correlación de Pearson	,701	1
	Sig. (bilateral)	0,000	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N°4, sobre la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa privada de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,701, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

Tabla 5

Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción familiar en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Correlaciones			
		Habilidades sociales	Satisfacción familiar
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	,711
	Sig. (bilateral)		0,001
	N	100	100
Satisfacción familiar	Correlación de Pearson	,644	1
	Sig. (bilateral)	0,001	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N° 5, sobre la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción familiar en trabajadores de una empresa privada de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,711, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

Tabla 6

Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción amical en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Correlaciones			
		Habilidades sociales	Satisfacción amical
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	0,811
	Sig. (bilateral)		0,001
	N	100	100
Satisfacción amical	Correlación de Pearson	0,811	1
	Sig. (bilateral)	0,001	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N°6, sobre la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción amical en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,811, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

Tabla 7

Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la pareja en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Correlaciones			
		Habilidades sociales	Satisfacción con la pareja
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	0,843
	Sig. (bilateral)		0,001
	N	100	100
Satisfacción en la pareja	Correlación de Pearson	0,843	1
	Sig. (bilateral)	0,001	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N°7, sobre la relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la pareja en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,712, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

Tabla 8

Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción académica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Correlaciones			
		Habilidades sociales	Satisfacción académica
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	0,722
	Sig. (bilateral)		0,001
	N	100	100
Satisfacción académica	Correlación de Pearson	0,722	1
	Sig. (bilateral)	0,001	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N°8, sobre la relación entre las habilidades sociales y la dimensión académica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,722, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

Tabla 9

Relación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción económica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

Correlaciones			
		Habilidades sociales	Satisfacción económica
Habilidades sociales	Correlación de Pearson	1	0,733
	Sig. (bilateral)		0,001
	N	100	100
Satisfacción económica	Correlación de Pearson	0,733	1
	Sig. (bilateral)	0,001	
	N	100	100

Como se puede apreciar en la presente tabla N°9, sobre la relación entre las habilidades sociales y la dimensión económica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, el nivel de correlación de Pearson es de ,733, lo que nos indica que existe correlación entre las variables.

V.- DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En el presente trabajo de Investigación el cual tuvo como objetivo principal determinar relación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo, 2024, el cual tuvo como diseño no experimental, de tipo descriptivo correlacional con enfoque cuantitativo. Entre los resultados principales se encontró que existe correlación entre ambas variables, resultados que coinciden con Moreta, Gabior, y Barrera (2021), quienes estudiaron el bienestar psicológico, satisfacción con la vida y las habilidades sociales como predictores del bienestar social en trabajadores agrícolas del Ecuador, concluyendo que existe correlación entre las dimensiones de las habilidades sociales con la satisfacción con la vida, del mismo modo coincide con el estudio de Cardito (2021) en su estudio sobre habilidades sociales y su relación con la satisfacción con la vida en colaboradores españoles, quienes determinaron que existe correlación entre las habilidades sociales y la satisfacción, así como relación positiva entre las habilidades sociales y las dimensiones de la satisfacción con la vida, en el mismo sentido concuerda con el estudio de Mendiola (2020) en su estudio sobre la satisfacción con la vida y las habilidades sociales en trabajadores de empresas públicas de Lima metropolitana, determinando que existe relación significativa entre las variables, así como correlación positiva fuerte entre sus dimensiones, del mismo modo concuerda con el estudio de Advíncula (2020) en su tesis descriptivo Correlacional “habilidades sociales y satisfacción con la vida en trabajadores de la capital limeña”, quien encontró que encontró correlaciones significativas entre ambas variables, de igual manera coincide con el estudio de Carranza, Hernández, y Quispe (2020) en su investigación habilidades sociales y satisfacción con la vida en trabajadores de la ciudad de Tarapoto, quienes concluyeron que existe una relación muy significativa entre las variables estudiadas, sin embargo, los resultados hallados en el presente estudio se contraponen a los hallados por Saldaña (2022) en su investigación sobre la satisfacción hacia la vida y habilidades sociales es trabajadores mexicanos, determinado que no existe correlación entre ambas variables, en el mismo sentido difiere con Saldivar (2021) en su tesis habilidades sociales, estrés y bienestar con

la vida en trabajadores metalúrgicos de la ciudad de México, quienes concluyeron que no existe correlación entre las variables.

Finalmente, en la presente investigación se halló que, existe correlación entre el las habilidades sociales y las dimensiones de la variable satisfacción con la vida en los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.

CONCLUSIONES:

- Existe correlación entre las habilidades sociales y la satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa privada de Chiclayo,2024
- Los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, poseen nivel alto de habilidades sociales.
- Los trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024, poseen nivel alto de satisfacción con la vida.
- Existe correlación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la vida en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024.
- Existe correlación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción familiar en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024
- Existe correlación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción amical en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024
- Existe correlación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción con la pareja en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024
- Existe correlación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción académica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024
- Existe correlación entre las habilidades sociales y la dimensión satisfacción económica en trabajadores de una empresa de Chiclayo,2024

RECOMENDACIONES

- Diseñar, elaborar y desarrollar programas de desarrollo en los trabajadores del presente estudio, con el objetivo de fortalecer y cohesionar su capacidad de adaptación e interacción social, así como su percepción de bienestar respecto las condiciones laborales y personales.
- Considerar dentro de la evaluación de desempeño laboral anual, la medición de indicadores de habilidades sociales y percepción de la satisfacción con la vida de los trabajadores, cuyos resultados sirvan de base en la elaboración de los planes de capacitación específica.
- Promover y reforzar las buenas prácticas en el trabajo, las cuales permitan el desarrollo de un clima laboral positivo y que impacte en la mejora de las condiciones de cada colaborador y su satisfacción personal.
- La oficina de recursos humanos, debe de generar el desarrollo académico a través de oportunidades de estudio y especializaciones de los trabajadores, así, como la implementación de estrategias de compensación dirigidas al buen desempeño laboral.

Referencia Bibliográfica

- RAE. (24 de mayo de 2019). Diccionario de la Lengua española. Obtenido de Real Academia Española: <https://dle.rae.es/?id=5TwfW6F>
- Pérez, M. (11 de marzo de 2021). Concepto Definición Satisfacción. Recuperado el 26 de marzo de 2021, de <https://conceptodefinicion.de/satisfaccion/>
- Saldaña, C., Polo, J., Gutierrez, O., & Madrigal, B. (2020). "Satisfacción hacia la vida y habilidades sociales en estudiantes de preparatoria de Jalisco-México". Mexico. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7384403>
- Díaz, T. (2020). Inteligencia emocional, lo que poco se explica de nuestra vida afectiva. Mexico DF, Mexico: Cerrando circulos.
- Mendiola, C. (2019). "Relación entre la satisfacción con la vida y las habilidades sociales en adolescentes de dos escuelas públicas de Lima metropolitana". Obtenido de https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10631/Mendiola_Relaci%c3%b3n_entre_la_inteligencia_emocional_y_bienestar.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Blanco, E. (24 de mayo de 2019). ¿Qué son las habilidades sociales? Tipos y para qué sirven. Obtenido de <https://psicologosoviedo.com/especialidades/ansiedad/habilidadessociales/>
- Advíncula, C. (2018). "Habilidades sociales y satisfacción con la vida en estudiantes secundarios", Perú. Obtenido de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/12666/Adv%c3%adncula_Coila_Regulaci%c3%b3n_emocional_bienestar1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ontoria, M. (2018). Habilidades sociales. Madrid: Editex.
- Kohn, R., Ahsan, A., Puac, V., Figueroa, C., López, V., Morgan, K., . . . Vicente, B. (2018). Mental health in the Americas: an overview of the treatment gap. Rev Panam Salud Publica. doi:<https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.165>

- Saldivar (2018). "habilidades sociales, estrés y bienestar con la vida en estudiantes secundarios". Barcelona, España.
- Arriaga Saldivar, N. I. (enero de 2018). Bienestar psicológico en jóvenes estudiantes del nivel superior. Toluca, Mexico. Obtenido de <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/94984/Bienestar%20psicol%C3%B3gico%20en%20j%C3%B3venes%20estudiantes%20del%20nivel%20superior.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Cardito, P. (2017). "Habilidades sociales y su relación con la satisfacción con la vida" Tesis de Grado. Obtenido de https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/130211/1/TFG_CarNavP_Competencias.pdf
- Moreta, R., Gabior, I., & Barrera, L. (2017). "Relación entre la satisfacción con la vida y las habilidades sociales en adolescentes de dos escuelas públicas de Lima metropolitana". Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4397/439752880005.pdf>
- Carranza, R., Hernández, R., & Quispe, J. (mayo de 2017). "habilidades sociales y satisfacción con la vida en estudiantes de secundaria".. Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales, 13(2), 133. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6246945>
- Casalino, X. (2017). "habilidades sociales y satisfacción con la vida en alumnos de primer y segundo grado de nivel secundaria de una institución educativa nacional – Trujillo".Perú. Obtenido de http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2882/1/RE_PSICO_X_ENIA.CASALINO_BIENESTAR.PSICOLOGICO_DATOS.PDF
- Taboada, R. (2017). "habilidades sociales y la satisfacción en la vida, una comparación en dos grupos de escolares". (tesis de maestría). Obtenido de <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/29733/retrieve>
- Salvador, D. (2017). habilidades sociales y satisfacen con la vida en alumnos de primer grado de nivel secundario de una institución educativa particular de la ciudad de Trujillo". (tesis de grado), Trujillo, Perú. Obtenido de <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1971>

ANEXOS

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

EDAD:

SEXO:

AREA DE TRABAJO:

FECHA:

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrara una lista de habilidades sociales que los adolescentes como tú pueden poseer en mayor o menor grado y hace que ustedes sean más o menos capaces.

Deberás calificar tus habilidades marcando con una **X** cada una de las habilidades que se describen a continuación, de acuerdo a los siguientes puntajes.

Marca **1** si nunca utilizas bien la habilidad

Marca **4** si utilizas a menudo bien la habilidad

Marca **2** si utilizas muy pocas veces la habilidad

Marca **5** si utilizas siempre bien la habilidad

Marca **3** si utilizas alguna vez bien la habilidad

N°	PREGUNTAS	1	2	3	4	5
1	Escuchar ¿Presta atención a la persona que está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?					
2	Iniciar una conversación ¿Habla con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes?					
3	Mantener una conversación ¿Habla con otras personas sobre cosas que interesan ambos?					
4	Formular una pregunta ¿Determina la información que necesita y se le pide a la persona adecuada?					
5	Dar "las gracias" ¿Permite que los demás sepan que agradece favores?					
6	Presentarse ¿Se da a conocer a los demás por propia iniciativa?					
7	Presentarse a otras personas ¿Ayuda a los demás que se conozcan entre sí?					
8	Hacer un cumplido ¿Dice que le gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza?					
9	Pedir ayuda ¿Pide que le ayuden cuando tiene alguna dificultad?					
10	Participar ¿Elegir la mejor forma para integrarse en un grupo o participar en una determinada actividad?					
11	Dar instrucciones ¿Explica con claridad a los demás como hacer una tarea específica?					
12	Seguir instrucciones ¿Presta atención a las instrucciones, pide explicaciones, lleva adelante las instrucciones correctamente?					
13	Disculparse ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?					
14	Convencer a los demás ¿Intenta persuadir a los demás que sus ideas son mejores y serán de mayor utilidad que de las de otra persona?					
15	Conocer sus sentimientos ¿Intenta reconocer las emociones que experimenta?					
16	Expresar sus sentimientos ¿Permite que los demás conozcan lo que siente?					
17	Comprender los sentimientos de los demás ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?					
18	Enfrentarse con el enfado de otro ¿Intentas comprender el enfado de las otras personas?					
19	Expresar afecto ¿Permite que los demás sepan que se preocupa o se interesa por ellos?					
20	Resolver el miedo ¿Piensa porque está asustado y hace algo para disminuir su miedo?					

21	Autorrecompensarse ¿Se dice a sí mismo o hace cosas agradables cuando se merece su recompensa?				
22	Pedir permiso ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego le pide a la persona indicada?				
23	Compartir algo ¿Se ofrece para compartir algo que es apreciado por los demás?				
24	Ayudar a los demás ¿Ayuda a quién necesita?				
25	Emplear autocontrol ¿Llegó a establecer un acuerdo que satisfaga tanto a sí mismo como a quienes tienen posturas diferentes?				
26	Defender sus derechos ¿Controla su carácter de modo que no se le escapen las cosas de la mano?				
27	Defender los propios derechos ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu punto de vista?				
28	Responder a las bromas ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás te hacen bromas?				
29	Evitar los problemas con los demás ¿Se mantiene al margen de las situaciones que le pueden ocasionar problemas?				
30	No entrar en problemas ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?				
31	Formular una queja ¿Les dice a los demás cuando han sido ellos los responsables de originar un determinado problema e intenta encontrar una solución?				
32	Responder a una queja ¿Intenta llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien?				
33	Mostrar deportividad después de un juego ¿Expresa un cumplido sincero a los demás por la forma en que han jugado?				
34	Resolver la vergüenza ¿Hace algo que le ayude a sentir menos vergüenza o a estar cohibido?				
35	Arreglárselas cuando le dejen de lado ¿Determina si lo han dejado de lado en alguna actividad y luego hace algo para sentirse mejor en esa situación?				
36	Defender a un amigo ¿Manifiesta a los demás que han tratado injustamente a un amigo?				
37	Responder una persuasión ¿Considera con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hará?				
38	Responder al fracaso ¿Comprender la razón por la cual ha fracasado en una determinada situación y que puede hacer para tener más éxito en el futuro?				
39	Enfrentarse con mensajes contradictorios ¿Reconoce y resuelve la confusión que se produce cuando los demás le explican una cosa y hacen otra?				
40	Responder a una acusación ¿Comprende lo que significa la acusación y por qué se la han hecho y luego piensa en la mejor forma de relacionarse con la persona que ha hecho la acusación?				
41	Prepararse para una conversación ¿Planifica forma de exponer su punto de vista antes de una conversación problemática?				
42	Hacer frente a las presiones del grupo ¿Decida lo que quiere hacer cuando los demás quieren que haga una cosa distinta?				
43	Tomar iniciativas ¿Resuelve la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actitud interesante?				
44	Determina la causa de un problema ¿Reconoce si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo su control?				
45	Establecer un objetivo ¿Toma de decisiones realistas sobre lo que es capaz de realizar antes de comenzar una tarea?				
46	Determinar sus habilidades ¿Es realista cuando debe dilucidar como puede desenvolverse en una determinada tarea?				
47	Reunir información ¿Resuelve lo que necesita saber y como conseguir la información?				
48	Resolver los problemas según su importancia ¿Determina de forma realista cuál de los problemas es el más importante y solucionarlo primero?				
49	Tomar una decisión ¿Considera las posibilidades y elige la que le hará sentirse mejor?				
50	Concentrarse en una tarea ¿Se organiza y se prepara para facilitar la ejecución de su trabajo?				

ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA

EDAD:

SEXO:

AREA DE TRABAJO:

FECHA:

INSTRUCCIONES:

A continuación, hay cinco afirmaciones con las cuales usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Lea

cada una de ellas y después seleccione la respuesta que mejor describa en qué grado está de acuerdo o en desacuerdo.

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5	6	7
1	En la mayoría de aspectos, mi vida se acerca a mi ideal.	1	2	3	4	5	6	7
2	Las condiciones de mi vida son excelentes.	1	2	3	4	5	6	7
3	Estoy completamente satisfecho/a con mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hasta ahora, he conseguido las cosas más importantes que quiero en la vida.	1	2	3	4	5	6	7
5	Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría nada.	1	2	3	4	5	6	7