



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, APURÍMAC, 2023**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTOR

RAMOS AQUISE, MARIA ISABEL
ORCID:0000-0003-3770-2818

ASESOR

ALVAREZ SILVA, VERONICA ADELA
ORCID:0000-0003-2405-0523

CHIMBOTE-PERÚ
2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0188-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **10:10** horas del día **23** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE Presidente
ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN Miembro
VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Miembro
Mgtr. ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, APURÍMAC, 2023**

Presentada Por :
(3123191184) **RAMOS AQUISE MARIA ISABEL**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE
Presidente

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN
Miembro

VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
Miembro

Mgtr. ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, APURÍMAC, 2023 Del (de la) estudiante RAMOS AQUISE MARIA ISABEL, asesorado por ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 13% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 06 de Setiembre del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A dios ,por bendecirme cada dia de mi vida por guarme de la mano correcta por ser mi fortaleza, y vendicion cada dia.

A mis padres y familiares, por su gran apoyo en todo estos momentos por la fortaleza y el gran amor, dedicación, comprensión y todo el sacrificio de todos estos años de estudio, a todos ellos gracias infinitamente por su apoyo he logrado llegar hasta aquí y convertirme en la persona que soy hoy en día.

Asi mismo agradezco amis grandes amigos y docentes que siempre me apoyaron para poder salir adelante y cumplir mis metas.

Agradecimiento

A la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, por la formación brindada a fin de equiparme como futura profesional de la salud mental. Al Dr. FRANK O.C, Y amiga por su dirección y enseñanzas, los cuales siempre son de utilidad para ver concluido el presente proyecto.

Índice General

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento	V
Indice General.....	VI
Lista de Tablas	8
Lista de figura.....	9
Resumen	10
Abstract.....	11
I. Planteamiento del Problema de Investigación	12
II. Marco Teórico	16
2.1. Antecedentes.....	16
2.2 Bases Teóricas.....	17
2.3 Hipótesis.....	21
III. Metodología.....	22
3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación	22
3.2. Población y Muestra.....	22
3.3. Operacionalización de Variables	24
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información.....	25
3.5. Método de análisis de datos.....	25
3.6. Aspectos éticos.....	25
IV. Resultados	27
V. Discusión	30
IV. Recomendaciones	33
Referencias Bibliográficas.....	34
Anexos.....	40

Anexo 01. Matriz de consistencia.....	40
Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	43
Anexo 03. Ficha técnica del instrumento de evaluación	46
Anexo 04. Consentimiento informado.....	49
Anexo 05. Asentimiento Informado	50

Lista de Tablas

Tabla 1	Definición y operacionalización de las variables.	24
Tabla 2	<i>Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución ducativa de Apurímac, 2023</i>	27
Tabla 3	<i>Resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023</i>	27
Tabla 5	<i>El ritual de la significancia estadística</i>	28
Tabla 6	<i>Matriz de consistencia.</i>	40

Lista de figura

Figura 1 <i>Gráfico de puntos del análisis de correspondencia simple del bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023</i>	28
---	----

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2022. El método empleado fue de tipo básica, nivel descriptivo correlacional y diseño no experimental transversal. El universo corresponde a todos los estudiantes de educación secundaria, la población de estudio estuvo constituida por 300 estudiantes seleccionados bajo el tipo de muestreo probabilístico. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de bienestar psicológico para adultos, elaborado por María Martina Casullo (2002) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young, la misma que fue elaborada por Gail Wagnild y Heather Young en 1993, los mismos que presentan propiedades psicométricas aceptables. Los resultados descriptivos del estudio, en relación al bienestar psicológico evidencian que el 6% se ubica dentro del nivel bajo, el 32.5% presentan nivel medio y el 61.5% se ubica en el nivel alto, mientras en la resiliencia el 11% presenta nivel bajo, el 36.5% nivel moderado y el 52.5% nivel alto. Se concluye que existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2022 con una probabilidad de $P = 0,031984$ siendo esta menor al nivel de significancia de 5%, se aceptó la hipótesis alterna.

***Palabras clave:* bienestar psicológico, estudiantes, resiliencia**

Abstract

This research aimed to determine the relationship between psychological well-being and resilience in high school students of an Educational Institution in Apurímac, 2022. The method used was basic, correlational descriptive level and cross-sectional non-experimental design. The universe corresponds to all secondary school students, the study population consisted of 300 students from 1st to 5th grade of secondary school, we worked with a sample of 169 students selected under the type of probabilistic sampling. Data collection was performed using the psychometric technique and the instruments used were the Psychological Well-Being Questionnaire for Adults, prepared by María Martina Casullo (2002) and the Wagnild and Young Resilience Scale, the same one that was prepared by Gail Wagnild. and Heather Young in 1993, the same ones that present acceptable psychometric properties. The descriptive results of the study, in relation to psychological well-being, show that 6% are located within the low level, 32.5% present a medium level and 61.5% are located at a high level, while in resilience 11% present a low level. , 36.5% moderate level and 52.5% high level. It is concluded that there is a relationship between psychological well-being and resilience in high school students of an Educational Institution in Apurímac, 2022 with a probability of $P = 0.031984$, this being less than the significance level of 5%, the alternative hypothesis was accepted.

Keywords: psychological well-being, students, resilience

I. Planteamiento del Problema de Investigación

1.1. Descripción del problema

La adolescencia es una etapa de cambios fisiológicos, psicológicos y sociales, los cuales determinarán la personalidad del individuo y por ende su desarrollo como persona. En definitiva, los y las adolescentes deben entender que, en el sentido más amplio, su comportamiento y el ejercicio de una adecuada ciudadanía determinara el rumbo que tome la sociedad del futuro al cual ellos pertenecen. Es por ello, que estudiar y preservar la salud mental en esta etapa terminará siendo un factor protector no solo para los y las adolescentes, sino también para todo el colectivo social.

Según los reportes de salud mental en el ámbito mundial encontramos que, de cada 7 adolescentes, 1 padecen un trastorno mental, siendo la ansiedad y depresión los más representativos. Además, el 14% que padece un trastorno mental no recibe tratamiento alguno. Por otra parte, el suicidio es la cuarta causa de muerte en esta etapa de 15 a 29 años (OMS 2021)

En el Perú la situación no es diferente, se observa en la revisión de los estudios epidemiológicos del 2021, realizado por el Instituto Nacional de salud mental Honorio Delgado Hideyo Noguchi, que la problemática adolescente presenta diferentes situaciones que a continuación detallaremos: En primer término la sensación de miedo en un 38.5%, el 6.3% padeció abuso sexual, el 59.3% sufrió castigo físico, el 31.5% presentó episodio depresivo mayor, el 13.4% trastorno de ansiedad generalizada, el 8.1% trastorno adaptativo y el 3.3% experimento duelo a consecuencia de la pandemia Covid- 19. (Instituto Nacional de Salud Mental [INSM] 2020)

A su vez, en el departamento de Apurímac la situación adolescente comprende una realidad problemática similar a la de los demás departamentos de la zona sur del Perú, ya que el 65.3 % de las mujeres comprendidas entre 15 y 49 años sufren violencia familiar de las cuales el 37,8% padece violencia psicológica y el 11.8% violencia sexual. Asimismo, el 8.7% de las adolescentes presentan embarazo durante esta etapa. (ENDES - INEI 2022)

En esa línea, la salud ha sido explicada como un estado de bienestar integral y funcional que permite a cada individuo desarrollarse de manera óptima. Es por ello, que al

hablar de la salud mental se conceptualiza desde una perspectiva positiva y negativa, entendiéndose como un vaivén entre la enfermedad y el estado ideal de salud del individuo (OMS, 2018)

Es importante saber que la resiliencia tiene sus orígenes en las ciencias físicas, pero es en la psicología donde toma un realce cognitivo y socioemocional, ya que se entiende como la capacidad de las personas de sobrellevar experiencias traumáticas de la vida y convertirlas fortalezas y oportunidades de desarrollo individual (Kotliarenco et al., 1997; Alva, 2016)

En ese sentido, cuando se analiza la resiliencia como un componente de desarrollo individual, se puede determinar que es un factor protector en las diferentes etapas de vida y es en la adolescencia que dicho componente se constituye como un factor de prevención para conductas de riesgo, los cuales acompañan al buen desarrollo psicológico de cada sujeto fortaleciendo su carácter individual. (Vinaccia et al., 2007; espejo- garces et al.,)

Por otra su parte, el termino bienestar psicológico está asociada a Carol Ryff quien lo define como la sensación de bienestar y satisfacción que siente cada sujeto en relación a la valoración subjetiva de todo lo vivenciado en un determinado periodo de vida (Ryff, 1989). En ese sentido. la teoría desarrollada por Ryff sobre bienestar psicológico se basa en varios componentes como son: a) la autoaceptación, b) relaciones positivas con otras personas, c) autonomía, d) dominio del entorno, e) propósito de vida y f) crecimiento personal, los cuales permiten identificar la particularidad de cada persona (Ryff ,1997). Esta teoría conlleva a identificar a las personas en un perfil individual que permita conocer su propio bienestar integral y definir los posibles escenarios a favor de la sociedad o contraria a la misma, es por ello, que conocer sobre el bienestar psicológico adolescente nos dará una predicción de lo que podría suceder con la población adolescente que estamos desarrollando en nuestra comunidad.

Finalmente, por lo anteriormente expuesto podemos concluir que la adolescencia está enmarcada en muchos riesgos y posibilidades que hará del adolescente una persona prosocial o antisocial el cual pueda generar un impacto que pueda impulsar cambios o mejoras en la calidad de vida social, Es por ello, que se hace necesario conocer cómo se relaciona la capacidad resilientes y el bienestar psicológico individual en la población asignada.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023?

1.3. Justificación

El presente estudio se justifica con la razón de contribuir de forma positiva con la línea de investigación de la escuela profesional de psicología de la uladech direccionando a la salud mental y se centra en estudiar el bienestar psicológico y resiliencia, lo cual es importante porque las dos variables favorecen notablemente a la salud mental debido a que el bien psicología y resiliencia

Permitan mejorar la calidad de vida, será una aportación de cómo influyen estas variables en los pobladores y en sus familias. Este tema es muy importante ya que este problema se a echo tan relevante en nuestra sociedad y sigue afectando a numerosas personas .también veremos los cambios que han ocurrido en todo la pandemia y en qué circunstancias se encuentran las familiares, se investigaran el desarrollo de las concepciones teóricos de bienes psicológico y resiliencia , el estudio que será realizado es teórico y podrá ser convertido en un antecedente para otras investigaciones futuras que se lleguen a realizar .así mismo también estará describiendo el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023

1.4. Objetivo de la Investigación

Objetivo general

Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.

Objetivos específicos

- ✓ Identificar el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.
- ✓ Identificar el nivel de resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.
- ✓ Describir la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos) y la resiliencia en los

estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.

- ✓ Describir la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia (competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida) en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.

II. Marco Teórico

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Para los investigadores Pérez-Correa; Aroca-Paez; Pacheco-Orozco; Jiménez-Gómez. (2022) en su estudio que busca establecer una relación entre resiliencia y bienestar psicológico en población adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del Caribe colombiano. En dicho trabajo investigativo se tuvo como objetivo: Identificar la relación entre los niveles de resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del caribe colombiano. Asimismo, con respecto a la metodología: Se trabajó con un grupo de 300 adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del caribe colombiano con edades comprendidas entre los 12 y 18 años, seleccionados de manera aleatoria. Los participantes se distribuyeron en que el 52.0% de estos fueron mujeres y el 38.0% fueron hombres. Se utilizaron tres instrumentos los cuales fueron el Cuestionario sociodemográfico, la Escala de resiliencia Sv-Res y la Escala de Bienestar psicología para Jóvenes (BIEPS J). Finalmente, los resultados: Muestran una correlación estadísticamente significativa con el bienestar psicológico. A modo de conclusiones se puede decir que: A medida que los adolescentes tuvieron mayores niveles de identidad, autonomía, satisfacción, pragmatismo, vínculos, redes, modelos a seguir, metas a corto y largo plazo, afectividad, autoeficacia, aprendizaje y generatividad, mayor era el bienestar psicológico de cada participante.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

(Rebaza, 2021) realizó una investigación titulada “Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019”. Tuvo como objetivo de hallar la relación entre la resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario de la institución en mención, durante el año 2019. De metodología descriptiva correlacional y de diseño no experimental. La población estuvo compuesta por 265

estudiantes de secundaria. Llegando a la conclusión que, relación significativa entre la resiliencia y el bienestar psicológico es baja, se significancia negativa; es decir, que las variables se relación inversamente.

Estrada y Mamani (2020) desarrollaron un estudio titulado “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica”, con el objeto de determinar si existe relación entre las variables anteriormente en estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público “Nuestra Señora del Rosario” en el 2019. La investigación fue de enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental. La población estuvo constituida por 134 estudiantes electos a través de la técnica de muestreo probabilístico, de tipo estratificado. Concluyendo que existe relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en dichos estudiantes, por lo que si los estudiantes presentar un adecuado bienestar psicológico, su capacidad de resiliencia será favorable.

2.1.3. Antecedentes Locales

(Velarde, 2021) en su estudio titulado “Adaptabilidad familiar y bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundario, distrito Andrés Avelino Cáceres, Ayacucho-2020”, que tuvo como objetivo determinar la relación entre la adaptabilidad familiar y el bienestar de la institución en mención. De metodología de tipo observacional, prospectivo, transversal y analítico, de nivel relacional y con un diseño epidemiológico. La población estuvo constituida por 60 estudiantes del quinto año de secundaria. Concluyendo con los resultados estos evidenciaron que, no existe relación significativa entre la adaptabilidad familiar y resiliencia en dichos estudiantes.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1. Optimismo

Es la evaluación que una persona hace sobre su vida en áreas determinadas, como en el ámbito laboral, familiar, amorosa, entre otras. Además, como una valoración afectuosa concerniente con la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas. Tal definición se ha adoptado en numerosos estudios en el campo de la psicología y la salud en diferentes poblaciones.

Es importante agregar que el concepto de bienestar psicológico se caracteriza por tener

varias dimensiones y puede ser definido como “las competencias y capacidades que favorecen el crecimiento y desarrollo personal, favoreciendo en la persona y desempeño más propositivo y óptimo” (Vivaldi y Barra, 2012).

Posteriormente, (Sandoval et al., 2017) lo definieron como una experiencia individual que se va edificando a través del progreso psicológico de la persona y de la capacidad para relacionar y relacionarse de forma positiva y completada con las experiencias vivenciales que va experimentando, optando por la incorporación activa de métodos positivos y negativos.

2.2.2. Conceptos Afines.

Estas son reconocidas en los individuos resilientes, demostrando la habilidad de adaptarse a cambios y procesos en su vida cotidiana, por consiguiente, se adecúan fácilmente a peticiones expuestas por la sociedad. Así mismo, tienen la capacidad de meditación en la toma de decisiones, tienen claro las propuestas, metas a largo plazo y son críticos. Sin embargo, para mantener el equilibrio y se fortalezcan es preciso reforzarlas y estimularlas en el entorno familiar y social. (Rebaza, 2021)

precisa que es un estado entendido como una etapa determinada en una edificación social; así como, el conocimiento sexual y reproductiva, alineación de la identidad, pensamiento juicioso hipotético y otros itinerarios psicosociales de acuerdo al desarrollo individual; es un ciclo de crecimiento, pero debido a estas peculiaridades puede que sea una etapa exhibida a distintos factores de riesgo y posibles comportamientos riesgosos.

La OPS (2018) sugiere que la investigación de la salud mental en la adolescencia debe ser para un desarrollo humano en la sociedad. Alcanzando la línea propuesta por estas entidades, en el presente trabajo se estudia el bienestar psicológico como un indicador de salud mental, tal y como lo indicó la OMS (2018) en su declaración de principios.

2.2.5. Dimensiones del bienestar psicológico.

Según, Casullo (2002), el mismo que sigue el modelo planteado por Ryff (1989), los siguientes son las dimensiones:

2.2.3.1. Aceptación/control. Son las autoevaluaciones positivas y de la propia vida pasada; afirmación y aceptación de los múltiples aspectos del yo, incluyendo las cualidades

negativas tanto como las positivas. García y Alandete (2013).

2.2.3.2. Autonomía. “Considerada como el sentido de autodeterminación e independencia; resistencia a la presión social para pensar y actuar de determinada manera; autoevaluación basada en estándares personales”. García y Alandete (2013).

2.2.3.3. Vínculos. “Involucra mantener relaciones interpersonales de calidad, satisfactorias y auténticas; preocupación por el bienestar de los demás; capacidad de empatía, afecto e intimidad; comprensión de la reciprocidad que exigen las relaciones humanas”. García-Alandete (2013).

2.2.3.4. Proyectos. Implica la capacidad de instituir metas vitales y sentido de autodirección; permanencia en el cumplimiento de objetivos vitalmente significativas; creencia de que la propia vida, tanto pasada como presente, es útil y tiene un sentido. García y Alandete (2013).

2.2.4. Resiliencia

Definición. Al pasar de los años y en siendo relevante en las últimas dos décadas, la resiliencia un constructo que ha estado llamando mucho la atención de las personas. Es así, que haciendo mención del ser capaz de enfrentar sucesos difíciles. Cuando sucede algo malo, sientes risa, melancolía, sufrimiento y dolor. Sin embargo, puedes llevar tu vida habitualmente y seguir adelante, tanto física y psicológicamente. La resiliencia no significa soportar una situación difícil ni afrontarla tú solo. De hecho, ser capaz de buscar el apoyo de otras personas es un componente fundamental. Es así que, Ortunio y Guevara (2016) definieron la resiliencia desde una perspectiva psicológica como una característica o rasgo de la personalidad del individuo, que le ayudaría a adaptarse de forma exitosa a las circunstancias ambientales.

(García et al., 2016) se alinearon a la aprobación que se tiene sobre el constructo, la perciben más como un proceso de naturaleza dinámica que sobrelleva una adaptación positiva del individuo en circunstancias de peligro.

2.2.5. Características de la resiliencia

Velásquez y Acosta (2017) afirman que, “el individuo resiliente se caracteriza por ser capaz de establecer vínculos afectivos y relacionales constructivos, generando un sentido de

vida positivo, autorregula los problemas que se suscitan en su diario quehacer, tiene sentido de pertenencia y esperanza frente a las dificultades, aprende significativamente de las situaciones de estrés, desarrolla iniciativa y se establece objetivos realistas de poder ser alcanzados”. De tal modo que, la persona presenta un sin fin de factores internos que Irán actuando como protectores: Presta ayuda mutua. utiliza estrategias de convivencia, es asertivo, controla sus impulsos, es sociable, tiene sentido del humor, tiene un fuerte control interno frente a los problemas, manifiesta autonomía, ve positivamente el futuro, es flexible, tiene capacidad para aprender y conectar los aprendizajes, automotivación, percibe competencias personales, hay confianza en sí mismo.

Morales (2011) afirma que, durante la adolescencia la resiliencia juega un papel importante, es esencialmente en esta etapa, cuando se pretende un ajuste incesante, no sólo debido a los cambios internos, sino a las demandas externas que requieren los adolescentes, asumen una conducta orientada a metas y de elaboración para su rol adulto.

Coincidiendo con, Velásquez y Acosta (2017) el adolescente tiene que construir adecuadamente su propia resiliencia, desarrollar las posibilidades y recursos existentes para orientar alternativas de resolución de las diferentes situaciones, y sobre todo alcanzar desarrollar factores resilientes para superar las situaciones adversas en su acontecer cotidiano. Es así como la resiliencia ha ido caracterizándose por como un proceso emprendedor de aprendizaje e interacción de la persona con su entorno.

2.2.6. Dimensiones de la resiliencia.

(Bosch, 2012) describió las siguientes dimensiones; “confianza en uno mismo, coordinación (capacidad de planificación de la actuación), autocontrol y compostura (nivel de ansiedad bajo) y persistencia en el compromiso”.

Wagnild y Young (1993b) demuestran dos dimensiones que compone la resiliencia, los mismos que se representarán a continuación:

2.2.6.1. Competencia personal. Es todo aquello que el individuo debe desarrollar, conteniendo los siguientes:

2.2.6.1.1. La confianza en sí mismo. Habilidad propia del ser humano, de tener entusiasmo propio y en las capacidades conocidas y evolucionadas.

2.2.6.1.2. Aceptación de sí mismo y de la vida. Compone la segunda dimensión y ella incluye el balance, flexibilidad, perspectiva de vida estable, aceptación de sí mismo, adaptabilidad y el sentimiento de tranquilidad a pesar de la adversidad. Contiene a su vez los siguientes dos indicadores:

La ecuanimidad, que encuadra una visión de equilibrio con la vida y sus rutinas, refiere a tomar con calma las decisiones, uniformando las emociones ante los conflictos.

Satisfacción personal, es el estado de la vida y como se ira manejando a lo largo del proceso. El término se sujeta con el estado de vida que uno carga y las actividades que realiza la persona en relación a sus designios, empeños y las necesidades que desea lograr en su entorno y su bienestar social.

2.3 Hipótesis

Hi: Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.

Ho: No existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.

III. Metodología

3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación

El presente trabajo es de tipo cuantitativo, de esta manera midiendo las variables del bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa de Apurímac en el año 2023. De metodología cuantitativa, no experimental y transversal, descriptivo correlacional por que presenta a la población de estudio como los factores de estudio presenta en sus dos variables. Además, se buscaron describir variables y analizar su incidencia en un momento determinado. Salgado y Lévano (2018).

3.2. Población y Muestra

(Bernal, 2016) “la población es la totalidad de elementos o individuos que tienen ciertas características similares y sobre las cuales se desea hacer inferencia”.

La población estuvo conformada por 300 estudiantes del 1° al 5° año de secundaria de la Institución Educativa de la región Apurímac.

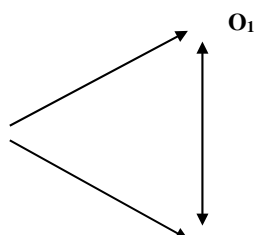
Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.
- Estudiantes pertenecientes al nivel secundario.
- Estudiantes que acepten voluntariamente ser evaluados.

Criterios de exclusión

- Estudiantes no presentes en el día de la evaluación.
- Estudiantes que no respondan adecuada a los instrumentos de evaluación.
- Estudiantes que no se encuentran plenamente dentro de sus facultades.

La fórmula que representa el diseño es el siguiente:



M

O₂

Donde:

M: Muestra.

O₁: Bienestar psicológico.

Muestra

(Bernal, 2016) “la muestra es la parte de la población que se selecciona, de la cual realmente se obtiene la información para el desarrollo de la investigación y sobre la cual se efectuarán la medición y la observación de las variables objeto de estudio”. En tal sentido, estuvo conformada por 100 estudiantes del 1° al 5° año de secundaria, elegidos a través de la técnica de muestreo probabilístico, dando como resultado el tamaño de la muestra: $n = 100$

3.3. Operacionalización de Variables

Tabla 1

Definición y operacionalización de las variables.

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valores
Bienestar psicológico	La percepción que un individuo tiene respecto a sus logros en la vida, nivel de satisfacción consigo mismo, con lo que ha hecho, hace o es capaz de hacer desde un enfoque netamente subjetivo o individualista (Casullo, 2002).	El bienestar psicológico será medido a través de la Escala de bienestar psicológico para adultos de Casullo (2002), compuesta por 13 ítems y distribuida en 4 dimensiones y 7 indicadores.	Aceptación/Control	Control	Σ de los ítems: 2, 11 y 13	Bajo (13-21)
			Autonomía	Independencia	Σ de los ítems: 1, 4 y 9	Medio (22-30)
			Vínculos	Confianza en los demás	Σ de los ítems: 5, 7 y 8	
			Proyectos	Empatía	Σ de los ítems: 1, 3, 6 y 10	Alto (31-39)
Resiliencia	Una característica de la personalidad que regula los efectos nocivos del estrés y promueve la adaptación ante los obstáculos de la vida (Wagnild y Young, 1993).	La resiliencia será medida a través de la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993), compuesta por 25 ítems y distribuida en 2 dimensiones y 5 indicadores.	Competencia personal	Perseverancia	Σ de los ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 23 y 24	Bajo (25-120)
				Sentirse bien solo		Moderado (121-146)
				Confianza en sí mismo		Alto (147-175)

Variables

Bienestar Psicológico

Resiliencia

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información

3.4.1. Técnicas

Para efectos de este trabajo, se usará la técnica de psicométrica, toda vez que ella se encarga de medir los distintos aspectos de comportamiento humano por medio de medidas objetivas y tipificadas, traducidas en un instrumento y configuradas por medio del uso de la estadística (Anastasi y Urbina, 1988). También se utilizará la técnica de la encuesta, la misma que se realiza en forma escrita mediante un instrumento o formato en papel compuesto por una serie de preguntas (Arias, 2016).

3.4.2. Instrumentos

Para la estimación del presente estudio se utilizó el Cuestionario de Bienestar Psicológico para adultos, de Casullo (2002), constituido por 13 ítems, distribuidos en 4 dimensiones (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). Se compone de 25 ítems, distribuidos en dos dimensiones: competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida.

3.5. Método de análisis de datos

Se realizará haciendo uso del Paquete Estadístico para Ciencias Sociales (IBM SPSS), versión 26 y el procedimiento de los datos se realizó a través del software Microsoft Excel 2016.

Una vez obtenidos los datos, se empezará por hallar la distribución de datos a través de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov debido al tamaño de la muestra ($n=169 > 50$). Luego, se procederá a hacer la prueba de hipótesis; para ello se elegirá el estadístico correspondiente. Si los resultados son normales, es decir, llegan a superar el nivel de significancia ($p > 0,05$), entonces se utilizará el coeficiente paramétrico de Pearson; pero si, por el contrario, los resultados llegan a ser no normales, es decir, inferiores al nivel de significancia ($p < 0,05$), se usará el coeficiente no paramétrico de Spearman.

Para los resultados descriptivos se recurrirá a las tablas de frecuencia absoluta (f) y frecuencia relativa ($\%$), con ello se fijarán los parámetros de los niveles de cada variable.

3.6. Aspectos éticos

Para todas las actividades de investigación realizadas en la uladech los principios éticos

que las rigen son:

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes

La dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad, además las personas deben participar voluntariamente en la investigación y se debe respetar sus derechos, en especial si se encuentran en situación vulnerable.

Cuidado del medio ambiente

No aplica en la presente investigación.

Las actividades de investigación realizadas deben garantizar no afectar al ecosistema contribuyendo de esta manera a la protección del medio ambiente.

En caso se requiera, se debe cumplir con la presentación de las autorizaciones para investigación científica según la normativa vigente.

Libre participación por propia voluntad

El aseguramiento del bienestar de las personas que participan en la investigación, por ello no se debe causar daño, se debe disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Beneficencia, no maleficencia

Durante la investigación y con los hallazgos encontrados asegurar el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.

Integridad y honestidad

La integridad en las actividades de enseñanza y en la práctica profesional, por ello la integridad del investigador resulta importante cuando se evalúan y declaran daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación.

Justicia

El ejercicio de un juicio razonable para tomar las precauciones necesarias para asegurarse de que las limitaciones de capacidades y conocimientos, no den lugar a injusticias, debe haber equidad y justicia hacia todas las personas que participan en la investigación, así como también ellos tienen derecho a acceder a sus resultados.

IV. Resultados

Tabla 1

Relación entre Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

Correlaciones		Bienestar Psicológico
Estadístico no paramétrico RHO spearman		
Resiliencia	Coeficiente de correlación	.722**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	100

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

Nota. El coeficiente es de 0.772, lo que indica que la relación entre las variables es directa y su grado es alto.

Tabla 3

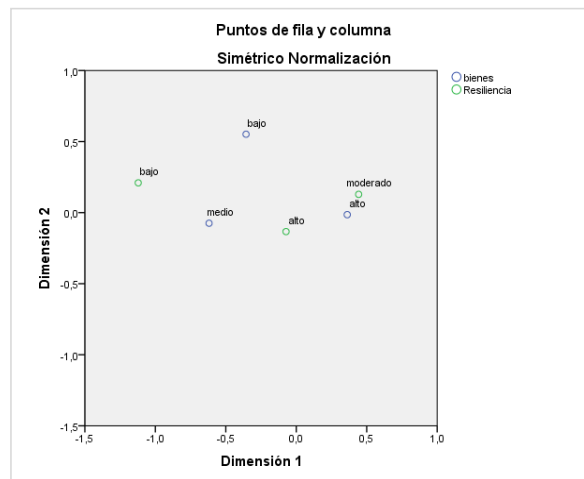
Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

	f	%
bajo	26	26
moderado	60	60
alto	14	14
Total	100	100%

Nota. De la población estudiada la mayoría (60%) presenta bienestar psicológico y resiliencia moderado

Figura 1

Gráfico de puntos del análisis de correspondencia simple del bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023.



Nota. De las variables analizadas en el proceso de dicotomización se halló que los puntos más cercanos son el nivel alto de bienestar psicológico y nivel moderado de la resiliencia.

Tabla 5

El ritual de la significancia estadística

Hipótesis

Ho: No existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

Hi: Existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en

estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

Nivel de significancia

Nivel de Significancia (alfa) $\alpha = 0,772 = 000\%$

Estadístico de prueba

Chi cuadrado de Independencia

Valor de P= 0,722=001%

Lectura del p-valor

Con una coeficiencia de correlación de 0.722 y valor p de 00 existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

Toma de decisiones

Existe coeficiencia de correlación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

Nota. Teniendo en cuenta que el p-valor (0,772 %) es inferior al nivel de significancia (0.00%) se toma la decisión de que existe coeficiencia de correlación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023

V. Discusión

Este estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2022. Y de manera específica identificar el nivel de bienestar psicológico, identificar el nivel de resiliencia y dicotomizar ambas variables en la población determinada. En nuestro estudio encontramos y confirmamos que existe una relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Apurímac, 2023. De la misma manera se identificó los niveles de bienestar psicológico y resiliencia.

En nuestro estudio, después de efectuar los análisis estadísticos se halló que las dos variables están relacionadas, teniendo en cuenta que el p-valor (0,031984%) es inferior al nivel de significancia por lo tanto se admite la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, este resultado coincide con lo hallado por Estrada y Mamani (2020) quienes en su investigación sobre bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Puerto Maldonado, Madre de Dios, en 2019, reportaron una relación significativa ($p=0,000 < 0,05$; $\rho=0,702$) entre las variables estudiadas. Asimismo, Castro (2020) en su tesis bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo, 2020, determinó que existe relación positiva, moderada y muy significativa ($\rho=,583$; $p=,000$). Por su parte, Johnson (2023) determinó la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo en donde se observa que hay relación significativa positiva baja ($p=0.05$) entre las variables de estudio, teniendo una correlación de Spearman de $r=0.279$.

Los resultados de este estudio al ser comparadas con las investigaciones mencionadas en poblaciones guardan similitudes esto no permite explicar que mientras los estudiantes posean un adecuado bienestar psicológico, presentan mayor capacidad de resiliencia frente a las adversidades que se presenten en la vida. Al existir una relación entre estas dos variables, el mejoramiento de ambas es fundamental para lograr el desarrollo integral del individuo. Por lo expuesto, se demuestra que mientras los adolescentes de esta comunidad fortalezcan su bienestar psicológico, su nivel de resiliencia lo hará de la misma manera. Así como plantea García-Viniegras y Gonzáles (2000) el bienestar psicológico es un constructo

que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social. Y como dice Carretero (2010) la resiliencia es la capacidad de salir a salvo de una experiencia adversa, aprender de ella y mejorar.

En relación al bienestar psicológico presentan como nivel predominante al nivel alto con 61.5%, seguido por el nivel medio con el 32.5% y nivel bajo con el 4.1%. Este hallazgo es diferente al estudio de Johnson (2023) quien en su tesis bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo obtuvo como resultado que la gran mayoría presenta nivel medio y solo el 4.1% presenta nivel alto. Por otra parte, hay ciertas diferencias con Rebaza (2021) en su tesis resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa del distrito de Víctor Larco, en Lima, durante el año 2019 quien concluye que la gran mayoría de la población estudiada presenta nivel medio bajo. Estos datos al ser confrontados evidencian que gran parte de los estudiantes tienen dificultades para percibir de manera positiva sus experiencias y valoración personal. Así como manifiesta, Sandoval et al. (2017) el bienestar psicológico es una experiencia personal que se va construyendo a través del desarrollo psicológico de la persona y de la capacidad para relacionarse de manera positiva e integrada con las experiencias de vida que va experimentando, considerando la incorporación activa de medidas positivas para ello y no solo la ausencia de los aspectos negativos que va vivenciando. En relación al nivel de resiliencia, se evidencia que predomina el nivel alto con 52.5%, seguido por nivel moderado con 36.4% y nivel bajo con el 11%. Estos resultados, concuerdan con Rebaza (2021) quien muestra que la mayoría presenta nivel alto de resiliencia. Por otro lado, Johnson (2023) obtuvo un 54.1% que la percibía como medio, mientras que el 33.7% manifestó un nivel bajo y solo el 12.2% aceptó que es alto. En estos estudios hay ciertas diferencias, pero esto significa que los jóvenes con altos niveles de resiliencia tienden desarrollar su capacidad para hacer conexiones entre el comportamiento y las características, una personalidad positiva que puede hacer frente a los cambios inesperados en la vida, es decir, les permite adaptarse fácilmente a la adversidad, a pesar de las dificultades, tensiones y/o conflictos familiares, personales en su resolución sugerir alternativas de solución de forma positiva. Así como sustenta, Velásquez-Acosta (2017) el adolescente tiene que construir conscientemente su propia resiliencia, potenciar las posibilidades y recursos existentes para encaminar alternativas de resolución de las

diferentes situaciones, y sobre todo lograr desarrollar factores resilientes para superar las situaciones adversas en su devenir cotidiano

III. Conclusiones

- Se concluye que existe una relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa De Apurímac ,2023 con una coeficiencia de correlación de 0.722 y valor de p 0.000.
- Se concluye que el bienestar psicológico es predominante es el nivel medio con el 60% seguido por el nivel bajo con el 24% y un mínimo porcentaje de nivel alto 14%.
- Se concluye que la resiliencia que predomina es el nivel medio con 60%seguido por el 27% en el nivel bajo y el 14 % corresponde al nivel alto.
- Se concluye que el coeficiencia de correlación es de 0.722,lo que indica que la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativo De Apurímac .2023 la variable es directa y existe relación

IV. Recomendaciones

A raíz de lo encontrado se propone las siguientes recomendaciones:

1. A los investigadores, promover estudios en la población de APURIMAC con la intención de profundizar en ambas variables.
2. A los directivos de la institución, fortalecer la resiliencia mediante eventos psicológicos como talleres, charlas o sesiones individuales psicológicas
3. A los estudiantes de educación superior, se recomienda adicionar a sus rutinas diarias, actividades que desarrollen sus habilidades emocionales para seguir logrando exitosamente sus competencias personales.
4. A los padres de familia y/o tutores, concientizar en la capacitación y orientación, contribuyendo en la prevención y así a su vez también procurar el cuidado de su salud mental y la de sus hijo

Referencias Bibliográficas

- Arias, J. (2020). Proyecto de Tesis. Arequipa: JoseAriasGonzales. Obtenido de <https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2236>
- Arias, J., y Covinos, M. (2021). Diseño y metodología de la Investigación. Arequipa: Enfoques Consulting EIRL. Obtenido de <https://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2260>
- Bisquerra, R., y Perez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educacion XXI*, 10, 61-82. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>
- Burga, G. (2023). *Bienestar psicológico y autoestima en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Las Lomas, 2023*. [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles Chimbote] Repositorio ULADECH. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33842>
- Gómez, E. (2010). Resiliencia Familiar: un enfoque de investigación e intervención con familias multiproblemáticas. *Revista de Psicología*, 19(2), 103-131. <https://www.redalyc.org/pdf/264/26416966005.pdf>
- González, D. (2021). Psychological well-being, resilience, and anxiety in college students. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 4(1), 43-58. doi:<https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53>
- González, F., Botero, C., y Delfino, G. (2021). Psychological well being and perceived athletic ability military cadets. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 25(1). <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12518>
- Gonzales, J. (2017). *Resiliencia y bienestar psicológico en madres de hijos con trastorno del espectro autista de un centro de educación básica especial de Lima Sur*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] Repositorio UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL PERU. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/431>

Bustamante, D. (2019). *Resiliencia y bienestar psicologico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipan] Repositorio USS.

<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6166>

Carhuancho, I., Sicheri, L., Nolazco, F., Guerrero, M., & Casana, k. (2019). *Metodologia de la investigacion Holistica*. Ecuador : UIDE Guayaquil. Obtenido de <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/3893>

Carrasco, B., y Villegas, X. (2020). *Resiliencia y bienestar psicologio en estudiantes de psicologia de los ultimos ciclos de una Universidad Privada de Lima Norte* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte] Repositorio UPN.

<https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30120>

Castro, A. y Morales, M. (2012). Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios.

Enseñanza e Investigación en Psicología, 17(1), 29-43.

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29223246003.pdf>

Castro Espinoza, M. (2020). *Bienestar psicologico y resiliencia en estudiantes de una Institucion Educativa de Chiclayo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipan] Repositorio USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9021>

Coletti, R., y Soria, C. (2022). *Resiliencia y estres laboral en trabajadores administrativos dependientes en Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma] Repositorio URP. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/5467>

Collas, D., y Cuzcano, S. (2019). *Estrategias de afrontamiento ante el estres y bienestar psicologico en estudiantes universitarios de una institucion privada de Lima Este* [Tesis

de Licenciatura, Universidad Peruana Unión] Repositorio UPEU.

<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1906>

Del Villar, E., y Carrascal, D. (2022). *Análisis correlacional entre capital social, bienestar social y resiliencia en mujeres migrantes de la ciudad de Barranquilla* [Tesis de Maestría, Universidad de la Costa] Repositorio CUC.

<https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/9590>

Díaz, L., Gonzales, L., Torres, M., y Villaneuva, M. (2022). Determinantes del bienestar subjetivo en adultos mexicanos durante el primer periodo de confinamiento por covid 19. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 91-102.

<https://reviberopsicologia.ibero.edu.co/article/view/rip.15109>

Estrada, E., y Mamaní, H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes universitarios*, 10(4).

<https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/491>

Fernández, L., y Bermúdez, M. (2015). Resiliencia en adultos: una revisión teórica. *Revista Terapia psicológica*, 33(3), 257-

276. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082015000300009

Kozma, A., & Stones, M. (1998). Social desirability in measures of subjective well-being: Age comparisons. *Social Indicators Research*, 20(1), 1-14.

<https://doi.org/10.1093/geronj/42.1.56>

Llanos, S., y Rimac, K. (2021). *Violencia en la pareja y resiliencia en estudiantes universitarios de la ciudad de Lima* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/76612>

- Madariagua, C. (2022). *Relacion entre el bienestar subjetivo, el bienestar psicologico y el bienestar social de mujeres cabeza de familia* [Tesis de Maestria, Universidad del Norte de Barranquilla] Repositorio UNINORTE.
<https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/10766#page=1>
- Mamani, R. (2021). *Resiliencia y felicidad en estudiantes de enfermería de una universidad nacional de Ayacucho* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82508>
- Matta, H. (2005). *Grado de desarrollo de la resiliencia y su relacion los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huanuco*[Tesis para Magister, Universidad Nacional Mayor de San Marcos] Repositorio UNMSM.
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3276>
- Michalos, A. (1985). Multiple discrepancies theory(MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.
[https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Michalos,+A.+\(1985\).+Multiple+discrepanci+es+theory\(MDT\).+Social+Indicators+Research,+16,+347-413.&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar](https://scholar.google.com.pe/scholar?q=Michalos,+A.+(1985).+Multiple+discrepanci+es+theory(MDT).+Social+Indicators+Research,+16,+347-413.&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar)
- Sánchez Carlessi, H., Reyes Romero, C., y Mejía Sáenz, K. (2018). *Manual de términos en investigacion científica, tecnologica y huamnista*. Repositorio Institucional de la Universidad Ricardo Palma.
<https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1480>
- Soler, M., y García Álvarez, D. (2021). Bienestar psicologico y virtud del coraje en adolescentes tardíos. *Informes psicologicos Revista Cientifica*, 21(2), 43-59.
<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/7200>

- Valdivieso Jimenez, G., y Macedo Orrego, L. (2018). Neurociencias y psicoterapia: mecanismo top-down y bottom-up. *Revista de Neuro Psiquiatria*, 81(3), 183-195.
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/3386>
- Valero, S., Lacomba, L., Coello, M., Chocho, X., Samper, P., Pérez, M., y Montoya, I. (2022). Impacto emocional y resiliencia en adolescentes de España y Ecuador. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(1), 29-36.

Anexos

Anexo 01. Matriz de consistencia

Tabla 6

Matriz de consistencia.

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac,	Objetivo general	Hipótesis general		Control	Tipo de investigación Básica
	Determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2022.	Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2022.	Bienestar psicológico	Aceptación de su persona	
	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		Independencia	Nivel de investigación Descriptiva correlacional
	Identificar el nivel de	Existe relación		Asertividad	
				Confianza en los demás	
				Empatía	
				Metas a futuro	Diseño de

2023?	<p>bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.</p> <p>Identificar el nivel de resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.</p> <p>Describir la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos) y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de</p>	<p>significativa entre las dimensiones de bienestar psicológico (aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos) y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.</p> <p>Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia (competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida) en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2022.</p>	<p>Perseverancia</p> <p>Sentirse bien solo</p> <p>Confianza en sí mismo</p> <p>Resiliencia</p> <p>Ecuanimidad</p> <p>Satisfacción personal</p>	<p>investigación</p> <p>No experimental, transversal</p> <p>Población</p> <p>300 estudiantes del 1° al 5° año de secundaria</p> <p>Muestra</p> <p>169 estudiantes del 1° al 5° año de secundaria</p> <p>Técnica</p> <p>Psicometría y encuesta</p>
-------	---	---	--	---

<p>Apurímac, 2023.</p> <p>Describir la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia (competencia personal y aceptación de uno mismo y de la vida) en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023.</p>	<p>El nivel predominante de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2022, 2022, es el alto.</p> <p>El nivel predominante de resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2022, es el alto.</p>	<p>Instrumentos</p> <p>El cuestionario de bienestar psicológico para adultos (Casullo, 2002) y la Escala de resiliencia de Wagnild y Young (Wagnild y Young, 1993b).</p>
--	---	---

Anexo 02. Instrumento de recolección de información

CUESTIONARIO DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

María Casullo, 1998.

Instrucciones: Lee con atención los siguientes enunciados y marca tu respuesta para cada uno de ellos en base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes. Recuerda que no hay respuestas malas ni buenas, sino que ellas simplemente describen tus pensamientos y sentimientos frente a distintas situaciones de tu vida:

Frecuencia	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo
Abreviatura	DA	I	ED
Valoración	3	2	1

N°	Enunciados	DA	I	ED
01.	Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida:			
02.	Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo:			
03.	Me importa pensar qué haré en el futuro:			
04.	Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas:			
05.	Generalmente le caigo bien a la gente:			
06.	Siento que podré lograr las metas que me proponga:			
07.	Cuento con personas que me ayudan si lo necesito:			
08.	Creo que en general me llevo bien con la gente:			
09.	En general hago lo que quiero, soy poco influenciable:			
10.	Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida:			
11.	Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar:			
12.	Puedo tomar decisiones sin dudar mucho:			
13.	Encaro sin mayores problemas y mis obligaciones diarias:			

ESCALA DE RESILENCIA

Gail Wagnild y Heather Young, 1993

Instrucciones: A continuación, se te presentan unos enunciados que te permitirán pensar acerca de tu forma de ser. Responde a cada una de ellas marcando con una “X” la casilla que mejor represente el grado con el que actúas de tal o cual forma.

Nº	Enunciados	Valoración						
		En desacuerdo				De acuerdo		
		1	2	3	4	5	6	7
01.	Cuando planifico algo lo realizo:							
02.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra:							
03.	Dependo más de mí mismo que de otras personas:							
04.	Es importante para mí mantenerme interesado(a) en las cosas:							
05.	Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo:							
06.	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida:							
07.	Usualmente veo las cosas a largo plazo:							
08.	Soy amigo(a) de mí mismo(a):							
09.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo:							
10.	Soy decidido(a):							
11.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo:							
12.	Tomo las cosas una por una:							
13.	Puedo enfrentar las situaciones porque las he							

	pasado anteriormente:							
14.	Tengo autodisciplina:							
15.	Me mantengo interesado(a) en las cosas:							
16.	Por lo general encuentro algo de qué reírme:							
17.	El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles:							
18.	En una emergencia, soy una persona en la que se puede confiar:							
19.	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras:							
20.	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera:							
21.	Mi vida tiene significado:							
22.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada:							
23.	Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida:							
24.	Tengo energía suficiente para hacer lo que debo hacer:							
25.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado:							

Anexo 03 Validez del instrumento

Apéndice E: Ficha técnica del instrumento de evaluación

Ficha técnica del instrumento 1									
Nombre del instrumento:	Cuestionario de bienestar psicológico.								
Autor y año (original):	María Martina Casullo (2002).								
Objetivo del instrumento:	Mide el nivel de bienestar psicológico en adolescentes y adultos.								
Población:	Adolescentes y adultos.								
Aplicación:	Individual y/o colectiva.								
Duración:	Aproximadamente de 10 minutos.								
Significación:	<p>El cuestionario presenta una escala de Likert con las siguientes valoraciones: De acuerdo (3), Indeciso (2) y En desacuerdo (1). Todas las puntuaciones son redactadas de forma directa, obteniéndose una suma total por cada ítem.</p> <p>Si el participante obtiene un nivel bajo quiere decir que presenta serios problemas en varias de las dimensiones del bienestar psicológico. Si el participante obtiene un nivel medio, se considera que se siente satisfecho en varios aspectos de su vida. Finalmente, si el participante obtiene un nivel alto, esto quiere decir que se considera que se siente muy satisfecho con su vida, por ende, tiene un óptimo bienestar psicológico.</p>								
Validez y confiabilidad:	<p>Casullo (2002) realizó una investigación con una población conformada por 359 personas adultas residentes de Buenos Aires de ambos sexos con edades de 19 a 61 años. Tuvo una confiabilidad total “aceptable”, alcanzando el valor de 0,70.</p> <p>Domínguez (2014) obtuvo una confiabilidad de la escalatotal de 0,80 en el coeficiente alfa de Cronbach.</p>								
	<table style="margin: auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">N</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">P</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">iveles</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">untaje</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">B</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">[1</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">ajo</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">3-21]</td> </tr> </table>	N	P	iveles	untaje	B	[1	ajo	3-21]
N	P								
iveles	untaje								
B	[1								
ajo	3-21]								

Baremación:	M edio	[2 2-30]
	A lto	[3 1-39]

Ficha técnica del instrumento 2	
Nombre del instrumento:	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young.
Autor y año (original):	Gail Wagnild y Heather Young (1993).
Objetivo del instrumento:	Mide el nivel de resiliencia en adolescentes y adultos.
Población:	Adolescentes y adultos.
Aplicación:	Individual y/o colectiva.
Duración:	Aproximadamente de 15 minutos.
Significación:	<p>Evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia personal (con sus indicadores: perseverancia, sentirse bien solo y confianza en sí mismo). • Aceptación de uno mismo y de la vida (con sus indicadores: ecuanimidad y satisfacción personal). <p>Además, considera una escala total de la resiliencia.</p>
Validez y confiabilidad:	<p>Se demostró la validez concurrente por los altos índices de correlación de la Escala de resiliencia con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con ella. Según el criterio de Kaiser, se identificaron 5 factores (Wagnild y Young, 1993b).</p> <p>La confiabilidad se tradujo en su hallazgo de una consistencia interna de 0,85 en el coeficiente alfa de Cronbach (Wagnild y Young, 1993b).</p>
Baremación:	N P

	iveles	untaje
	B ajo	[25-120]
	M oderado	[121-146]
	A lto	[147-175]

Anexo 04. Consentimiento informado

Consentimiento informado

Estimado padre de familia:

A través del presente documento queremos solicitarle la participación de su hijo(a) en la investigación titulada “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023”, a cargo de la investigadora: -----

----- El presente tiene por objeto informarle acerca del estudio y solicitarle la autorización respectiva para que su menor hijo(a) participe en dicha investigación, lo cual consistirá en responder dos Cuestionarios de 13 y 25 preguntas respectivamente. La información obtenida será manejada con absoluta confidencialidad sin exponer su identidad por ser de carácter estrictamente anónimo.

La investigadora responsable se compromete a responder cualquier pregunta y aclarar cualquier duda que se plantee relacionado a la investigación.

Firma del padre de familia

DNI:

Investigadora responsable

Anexo 05. Asentimiento Informado

Estimado participante de familia:

A través del presente documento queremos solicitarle la participación en la investigación titulada “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Apurímac, 2023”, a cargo de la investigadora: -----

El presente tiene por objeto informarle acerca del estudio y solicitarle la autorización respectiva para que su menor hijo(a) participe en dicha investigación, lo cual consistirá en responder dos Cuestionarios de 13 y 25 preguntas respectivamente. La información obtenida será manejada con absoluta confidencialidad sin exponer su identidad por ser de carácter estrictamente anónimo.

La investigadora responsable se compromete a responder cualquier pregunta y aclarar cualquier duda que se plantee relacionado a la investigación.

Firma del participante

DNI:

Investigadora responsable