



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ADULTOS EN  
CHICLAYO, LAMBAYEQUE, 2020**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO  
ACADÉMICO DE BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**INJO ULLOQUE, ANGEL GABRIEL**

**ORCID: 0000-0003-3084-0660**

**ASESOR**

**VALLE SALVATIERRA, WILLY**

**ORCID: 0000-0002-7869-8117**

**CHIMBOTE – PERÚ**

**2021**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTOR**

Injo Ulloque, Angel Gabriel

ORCID: 0000-0003-3084-0660

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,  
Chimbote, Perú

### **ASESOR**

Valle Salvatierra, Willy

ORCID: 0000-0002-7869-8117

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de La  
Salud, Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

### **JURADO**

Millones Alba, Erica

ORCID: 0000-0002-3999-5987

Salazar Roldan, Veronica del Rosillo

ORCID: 0000-0002-3781-8434

Alvarez Silva, Verónica Adela

ORCID: 0000-0003-2405-0523

## **JURADO EVALUADOR DE TESIS**

Dra. Erica Lucy Millones Alba

**Presidente**

Mgtr. Veronica Del Rosillo Salazar Roldan

**Miembro**

Mgtr. Verónica Adela Alvarez Silva

**Miembro**

Mgtr. Willy Valle Salvatierra

**Asesor**

## **AGRADECIMIENTO**

**A mis docentes,**

por brindarme lo mejor de sus  
conocimientos y orientarme en cada etapa  
de mi formación como profesional,  
asimismo, a las autoridades de las  
diferentes instituciones que me dieron su  
apoyo para desarrollar esta investigación.

Angel Gabriel Injo Ulloque.

## **DEDICATORIA**

### **A Dios**

Sumo bien y bien total, por darme  
vida, fuerza, sabiduría y paciencia  
cada día para así poder cumplir con  
todas mis metas propuestas.

### **A mis padres**

Por ser la motivación para poder crecer  
como persona y profesional; a mi papá José  
Ismael Injo Paz, que desde arriba sigue  
orando y cuidándome en todo momento de  
mi vida, y a mi mamá Bertha Luz Ulloque  
Paz, por darme el don de la vida, su amor y  
sus consejos cada día.

### **A mi familia**

Que son mis hermanos, mi abuelo  
Santiago por su apoyo y palabras de  
ánimo, y también a mis sobrinos:  
Fernando, Santiago y Fátima por sus  
alegrías que me regalan cada día  
que me motivan a seguir esta  
hermosa profesión que es la  
Psicología.

## **RESUMEN**

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo describir el bienestar psicológico prevalente de los adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020. Esta investigación fue de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo; de un nivel descriptivo; y un diseño epidemiológico. El universo estuvo conformado por adultos en Chiclayo, Lambayeque, la población se eligió con un muestreo no probabilística de tipo por conveniencia, haciendo un total de  $n= 246$ . Para la recolección de los datos, se usaron una encuesta y un instrumento psicométrico que fue la escala de bienestar psicológico para adultos. BIEPS A; el procesamiento y análisis de los resultados obtenidos se procesaron en los softwares Microsoft Excel y SPSS. Finalmente, en esta investigación se concluyó que el nivel de bienestar psicológico prevalente de los adultos en Chiclayo fue de nivel alto con un 55.3%, lo cuales tienen buena capacidad de aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar.

Palabras clave: Adulthood, Bienestar, Bienestar psicológico.

## **ABSTRACT**

The present research work aimed to describe the prevalent psychological well-being of adults in Chiclayo, Lambayeque, 2020. This research was observational, prospective, cross-sectional and descriptive; of a descriptive level; and an epidemiological design. The universe was made up of adults in Chiclayo, Lambayeque, the population was chosen with a non-probabilistic sampling of the convenience type, making a total of  $n = 246$ . For data collection, a survey and a psychometric instrument were used that was the psychological well-being scale for adults. BIEPS A; the processing and analysis of the obtained results were processed in Microsoft Excel and SPSS software. Finally, in this research it was concluded that the prevalent level of psychological well-being of adults in Chiclayo was high with 55.3%, which have a good capacity to accept themselves as they are, maintain positive interpersonal relationships, have control of their environment, have a purpose and sense of life, as well as the autonomy to think, decide and act.

Keywords: Adulthood, Psychological well-being, Well-being.

## CONTENIDO

EQUIPO DE TRABAJO .....	ii
JURADO EVALUADOR DE TESIS .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
DEDICATORIA .....	v
RESUMEN .....	vi
ABSTRACT .....	vii
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA .....	6
2.1. Antecedentes .....	7
2.2. Bases Teóricas .....	8
2.2.1. Bienestar .....	8
2.2.2. Bienestar psicológico .....	9
2.2.3. Adultez .....	11
III. METODOLOGÍA.....	16
3.1. Tipo de la investigación.....	17
3.2. Nivel de la investigación.....	17
3.3. Diseño de la investigación .....	17
3.4. Universo y muestra .....	17
3.5. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	18



3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	19
3.6.1. Técnica .....	19
3.6.2. Instrumentos .....	19
3.7. Plan de análisis.....	21
3.8. Matriz de consistencia .....	22
3.9. Principios éticos.....	23
V. RESULTADOS .....	24
5.1. Resultados:.....	25
5.2. Análisis de resultados: .....	27
VI. CONCLUSIONES .....	30
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	32
Recomendaciones: .....	32
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	33
ANEXOS .....	36

## ÍNDICE DE TABLAS:

Tabla 1 .....	25
Tabla 2 .....	25
Tabla 3 .....	25
Tabla 4 .....	26
Tabla 5 .....	26
Tabla 6 .....	26
Tabla 7 .....	27
Tabla 8 .....	27

## **I. INTRODUCCIÓN**

La presente investigación se enfoca en una variable actualmente poco estudiada en nuestra región de Lambayeque y mucho menos en población adulta como es: el bienestar psicológico. El *bienestar* siempre será importante su estudio dentro de las ciencias de la salud mental, muchos las han vinculado con las variables ligadas del bienestar subjetivo como son la felicidad, calidad de vida, etc. Este término ha sido influenciado por diferentes modelos teóricos como son la psicología positiva, potencial humano, ciclo vital, modelo de la motivación, etc. siempre buscando una definición más general según su naturaleza evitando la influencia de otras materias o ciencias como la teología, ciencias políticas, etc., sin embargo, dentro de la misma ciencia de la psicología hay corrientes que no aceptan dicho termino como es el psicoanálisis. (Gutiérrez y Otero, 2002).

El bienestar psicológico y la salud mental son estados de la persona donde desarrolla sus capacidades y habilidades, claro está que estén en un nivel bueno, eso les permite afrontar múltiples situaciones, hasta los momentos más adversos como pueden estar en el ámbito familiar, social, laboral y hasta en lo personal. Un buen nivel o manejo del bienestar psicológico beneficia a la persona su propio desarrollo y a los de su entorno. (Olavarría, 2019)

Casullo (2002) conceptualiza al bienestar psicológico como la capacidad que tiene la persona de aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar. Aliaga (2012) en su investigación con profesionales de la salud en la ciudad de Lima determina que menos son los niveles de agotamiento emocional cuando se tiene nivel alto de bienestar psicológico.

Dicho lo anterior es que me genera interés en realizar una investigación sobre el bienestar psicológico, pero con adultos, lo cual se entiende por adultez como una etapa de la persona entre los 25 a 60 años, es donde alcanza la plenitud de su evolución biológica y psíquica, su carácter y personalidad suelen estar firmes y seguros. La adultez se caracteriza por su madurez emocional, ya que su vida está orientada a la parte laboral, al bienestar personal y sobre todo al familiar. Esta etapa la clasifican en tres fases: la temprana, la intermedia y la mayor (Tarrillo, 2017)

Por otro lado, Papalia y Martorell (2015) indica que uno de los problemas o desafío que tiene el adulto es su bienestar psicológico, que está relacionado con su emocionalidad y personalidad, sin embargo, Ryff ha encontrado que en esos años de la vida el adulto se centra en un periodo positivo de salud mental y de bienestar.

Las características de la población de estudio en la actualidad son múltiples ya que a nivel mundial estamos atravesando una crisis sanitaria como es la presencia del SRAS-CoV-2 más conocida como el COVID 19 que es coronavirus de tipo 2 que origina severos problemas con la respiración, reconocida por la organización mundial de la salud como pandemia. Asimismo, el impacto ocasionado a nivel mundial y nacional son es mucho, ya sea económico, social, cultural, etc. en esta investigación me enfocaré más en la salud psicológica de la persona, ya que con el COVID 19 a obligado a las personas a cambiar radicalmente de estilo de vida, muchos llevándolos al confinamiento social obligatoria generando ansiedades, incertidumbres, cambios emocionales, miedos y apatías, etc. Muchas de los adultos se han visto afectados en cambiar de trabajo o rubro al que se dedicaba, ya sea por diferentes causas, pero en su mayoría por despidos laborales; otros han tenido que dejar las labores presenciales cambiándolas por las remoto o a distancia. A esto le agregamos la incertidumbre de subsistir, y primordialmente conseguir los recursos para

alimentarse y los de su familia; pensando los adultos en qué momento pasará todo eso y volver a una nueva normalidad, es por ello que mis preguntas ante mi variable de estudio y el contexto actual que se vive son muchas, pero siempre se ha de iniciar por algo, como estarán su autoaceptación y control de situaciones, como también su autonomía, sus proyectos, metas, objetivos personales y que tanto ha perjudicado sus relaciones personales en el adulto de hoy, es por ello que no hay mejor variable que el bienestar psicológico; ante todo lo descrito formulo la siguiente interrogante de investigación: ¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico prevalente en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020?, cuyo objetivo general describir el bienestar psicológico prevalente en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020. Y como objetivos específicos tenemos: Describir la edad en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; describir el sexo en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; describir el estado civil en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; describir el grado de instrucción en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; describir la religión en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; describir la situación laboral en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; describir el tipo de familia en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.

De todo lo mencionado, podemos decir que esta investigación se justifica teóricamente, porque trataremos conceptos, teorías y desarrollaremos todo sobre el bienestar psicológico en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; porque en nuestra actualidad no cuenta con muchas investigaciones realizadas en nuestro contexto. Además, las conclusiones de este proyecto de investigación serán de importancia como antecedente para fines prácticos, porque ayudaría a diferentes instituciones a conocer sobre el bienestar psicológico para que en un futuro realicen actividades que estimule el bienestar psicológico de los adultos. Finalmente, contribuye a la línea de investigación de la carrera psicología de la Universidad Católica “Los Ángeles de Chimbote”, que son variables referidas a la

familia, a la salud mental y al bienestar psicológico en nuestro país. Por ende, será un antecedente importante para futuras investigaciones o tesis que quieran investigar la variable, pero en otros niveles de la investigación.

## **II. REVISIÓN DE LA LITERATURA**



## 2.1. Antecedentes

Ramos (2019) en su investigación titulada: bienestar psicológico de las personas que buscan ayuda en centros de escucha de Lima metropolitana. El objetivo principal fue describir el bienestar psicológico de las personas que buscan ayuda. El diseño de la investigación fue no experimental y transeccional-descriptivo, se trabajó con una población de 32 adultos de 18 a 58 años. Se empleó la Escala de Bienestar Psicológico (PWB) de Ryff. Producto de esta investigación se encontró un bienestar psicológico medio a nivel global; las mujeres obtienen mayores puntajes en ‘relaciones positivas con otros’, lo que, y los participantes de 18 a 29 años en ‘autonomía’ en comparación al grupo de 30 a 45 años.

Namay (2018) en su investigación titulada: Bienestar Psicológico en personas que padecen Enfermedades No Transmisibles (o Crónicas) en el P.S. Gerardo González Villegas - Tumbes, 2018. El objetivo principal fue determinar el nivel de bienestar psicológico en personas que padecen enfermedades no Transmisibles; el tipo fue cuantitativa, diseño no experimental – transversal – descriptivo, se trabajó con una población de 60 personas mayores de 26 años; se empleó la Escala de bienestar psicológico de José Sánchez Cánovas. Los resultados mostraron que el Bienestar Psicológico el 88.33% poseen nivel alto, 10% nivel medio y 1.67% nivel bajo.

Suarez (2018) en su investigación titulada: bienestar psicológico en colaboradores de una empresa intermediadora en el rubro industrial de Chiclayo. El objetivo principal fue determinar los niveles de bienestar psicológico en los colaboradores de una empresa intermediadora en el rubro industrial de Chiclayo; el tipo fue experimental, descriptivo, se trabajó con una población de 148 colaboradores entre las edades de 18 a 65 años; se empleó escala Bieps-A de Casullo. Los resultados mostraron que en general los colaboradores se

encuentran en un nivel bueno de bienestar psicológico, mientras los resultados obtenidos por edad demuestran que los adultos tardíos tendrían mejor bienestar psicológico que los adultos emergentes; en cuanto a los resultados por estado civil quienes evidenciaron un mayor bienestar psicológico son los convivientes.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Bienestar**

#### **a. Definición:**

Se puede entender sobre bienestar en una definición general en tiempo de los griegos como la felicidad, buen espíritu o el mayor bienestar humano; posteriormente influenciado por la ciencia psicológica lo relacionan con el desarrollo personal, la forma de vida y la autorrealización (Mori, 2019). Sin embargo, para Seligman y Carril (2016) indican que el bienestar es alcanzar el equilibrio de nuestros pensamientos, sentimientos, emociones, la forma de percibir y la capacidad de adaptarse en diferentes contextos que se nos pueda presentar.

Casullo (2002) manifiesta que el bienestar está unido con la personalidad particular que tenga un individuo y determina que los que tienen una mentalidad positiva presentan una excelente visión y valoración de su vida que le permite conseguir metas en lo académico, laboral y familiar; esto tiende a variar según su contexto, sexo, creencias, edad y sus experiencias lo cual su respuesta o actitud será diferente.

## **2.2.2. Bienestar psicológico**

### **a. Definición:**

Las investigaciones de la variable bienestar psicológico son promovidos por dos corrientes filosóficas: la hedónica, refiere al bienestar psicológico en base a la felicidad, teniendo en cuenta lo positivo y lo negativo que carece; y lo segundo la eudaimónica, refiere al bienestar psicológico en base a la realización del potencial humano (Ramos, 2019). Ryff y Singer (1998) indica que esta corriente eudaimónica considera al bienestar psicológico a un conjunto de elementos que interactúan para una vida bien vivida. Vázquez y Hervás (2009) manifiestan que dicha corriente le importa en la persona la valoración hacia los propósitos, las relaciones interpersonales, la identificación de recursos y el aprendizaje constante que tiene durante su vida.

Ryff y Keyes (1995) precisan que el bienestar psicológico es aquel trabajo que hacen los seres humanos para conseguir su potencial lo cual corresponde a su propósito de vida que le da sentido a ese esfuerzo, también a la voluntad de lograr retos.

Casullo (2002) conceptualiza al bienestar psicológico como la capacidad que tiene la persona de aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar.

### **b. Modelo multidimensional del bienestar psicológico:**

Ryff (1989) identificó los elementos de la psicología positiva bajo la corriente eudaemónica para proponer un modelo del bienestar psicológico de manera teórica, teniendo en cuenta que para ella el bienestar psicológico es el resultado de una valoración

de la persona sobre cómo ha sido su vida y como quiere que sea su vida. Por ello creyó conveniente combinar las diferentes teorías como son las teorías del ciclo vital, el desarrollo humano óptimo y el funcionamiento mental positivo, y como resultado tenemos su modelo multidimensional.

Este modelo tiene seis dimensiones las describiremos a continuación: la primera dimensión tenemos a la *autoaceptación*, se refiere a la actitud positiva que tiene hacia el mismo, reconociendo sus ventajas y limitaciones; como segunda dimensión tenemos el *dominio de entorno*, es la capacidad que tiene la persona de escoger y crear entornos que sea de su agrado para satisfacer sus aspiraciones y necesidades; como tercera dimensión tenemos las *relaciones positivas*, se basa en la necesidad tener amistades en quien confiar y mantener dichos vínculos de manera estable; la cuarta dimensión tenemos al *propósito de vida*, que se basa en proponerse objetivos y metas para lograr dar sentido a su vida; la quinta dimensión tenemos el *crecimiento personal*, se basa en el esfuerzo que un individuo pone para desarrollar y mejorar capacidades, habilidades y fortalezas para así prosperar como persona; y finalmente la sexta dimensión tenemos a la *autonomía*, se relaciona con la individualidad que tiene la persona en mantener en diferentes espacios sociales, confiar en sus convicciones, ser independiente y tener autoridad personal (Ryff, 1989).

### **c. Dimensiones y niveles del Bienestar psicológico en adultos latinos:**

Casullo (2002) realizó una investigación sobre bienestar psicológico en adultos en el país de la Argentina lo cual tomó la teoría y las seis dimensiones que propuso Ryff sobre bienestar psicológico. El objetivo de la investigación de Casullo fue confeccionar un instrumento de forma breve que evalúe dicha variable, la cual establece cuatro dimensiones: la primera es *aceptación-control de situaciones*, es reconocer sus ventajas y limitaciones de lo que le ha pasado y no los rechaza; la segunda son los *vínculos*

*psicosociales*, es tener amistades positivas con empatía y tener vínculos sociales de manera estable; la tercera es la *autonomía*, se refiere a la libertad que tiene para pensar, decidir y actuar de manera eficaz y asertiva; y la cuarta son los *proyectos personales*, es la convicción sobre el sentido o propósito que tiene la persona para con su vida.

Domínguez (2014) por su parte toma la escala que propone Casullo para su investigación con el objetivo de validar y confiabilizar el instrumento en el contexto del Perú en una población adulta. Los resultados fueron que presenta índices de homogeneidad y un coeficiente de confiabilidad entre .80 y .90 de la escala total y sus subescalas; en lo que refiere a la estructura tetrafactorial, esta coincide con la investigación de Casullo en Argentina en el 2002.

Finalmente, la escala de bienestar psicológico en adultos presenta tres niveles que son: *alto*, presenta una buena capacidad de aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar; *medio*, presenta dificultad para aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar; y *bajo*, carece de capacidad para aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar (Sevillano, 2018).

### **2.2.3. Adultez**

#### **a. Definición**

Es una etapa de la persona entre los 25 a 60 años, es donde alcanza la plenitud de su evolución biológica y psíquica, su carácter y personalidad suelen estar firmes y seguros. La

adulthood is characterized by its emotional maturity, as its life is oriented towards the work, personal well-being and above all the family. This stage is classified into three phases: the early, the intermediate and the late (Tarrillo, 2017)

Papalia and Martorell (2015) indicate that the main areas of development that are common to all stages of the human being are: the physical, the cognitive and the psychosocial. We will focus on the first two phases of the adulthood stage, as this will allow us to know our study population; in the case of early adulthood (20 to 40 years) in the physical aspect it reaches a maximum level, but as the years pass it begins to decline progressively, this will depend on many factors, especially its lifestyle, as for its ideas and the moral part they become more complex, as do its academic goals and its work environment that it explores, in this stage its personality is fixed except for some event in its life that causes some modification, in this phase it is where they determine their relationships, this leads them to marriage and forming their home; in the case of middle adulthood (40 to 65 years) in the physical aspect in most cases they begin to deteriorate in the sensory aspect, in their organism, etc., women in particular experience menopause, their mental skills and creativity reach their limit, but conflict resolution continues to increase, many of these adults have achieved academic and work success, on the other hand others have a different reality, in the psychosocial aspect they are concerned about their sense of identity with some changes that can occur in their life, such as caring for their parents and children at the same time, or accepting the loss of an important family member.

## **b. Desarrollo cognitivo y psicosocial de la adultez temprana**

Papalia y Martorell (2015) describe el modelo cognoscitivo de K. Warner Schaie en la etapa de la adultez temprana los adultos adquieren conocimientos en base a lo que ya conocen, este lo usa para conseguir sus metas personales, profesionales, laborales o familiares a eso Warner le llama la etapa de logro; en esta etapa se genera más la experimentación, eso se da por ejemplo en lo laboral o en alguna carrera nueva, así también en las relaciones amorosas con un ideal de largo plazo; durante esta etapa sufren múltiples influencias sociales, por género, académicas, cabe resaltar que también es donde desarrolla su propia identidad; muchos adultos temprano se sienten libres después de haber pasado por la adolescencia, pero también misteriosos por las responsabilidades que van asumir; en el aspecto familiar hay una tendencia de dejar el hogar de los padres para conseguir su autonomía, sin embargo también hay adultos que se quedan en el hogar de los padres por razones económicas. En el área de la personalidad Papalia sostiene que los cambios emocionales y sociales que puedan producirse en esta etapa se notan en los periodos que siguen, la teoría de Erikson afirma que la dificultad que prima en los adultos es la intimidad frente al aislamiento, considerando que en esta etapa los adultos establecen relaciones consistentes con amigos o amorosas, como también determinar aislarse, también en la adultez temprana presenta cambios en sus rasgos de personalidad perjudicando su resiliencia y el control del yo. Finalmente, Tanner propone un proceso de tres fases que es el recentramiento del adulto temprano, este implica el poder, la responsabilidad y la toma de decisiones, la primera fase es cuando el adulto crece en confianza, autonomía y expectativas, pero aún vive en su hogar de origen, la segunda fase es cuando el adulto empieza a instaurar compromisos, responsabilidades y recursos para su sustento, también la de actividades en diferentes ámbitos y el vínculo con su hogar de origen es mínima, y la

tercera fase es cuando el adulto logra independizarse de su hogar de origen conservando los vínculos afectivos, está enfocado en una profesión, o en un proyecto de vida familiar.

### **c. Desarrollo cognitivo y psicosocial de la adultez intermedia**

Papalia y Martorell (2015) describe el modelo cognoscitivo de K. Warner Schaie en la etapa de la adultez temprana los adultos tienen mayor capacidad mental en solucionar sus problemas prácticos en base a la experiencia que tiene con las personas de su entorno a eso le denomina la etapa de responsabilidad, también asumen el compromiso social en un nivel más complejo en su barrio o centro laboral a esto lo llama etapa ejecutiva, y finalmente menciona la etapa de reorganización usualmente eso se da a partir de los cincuenta años hacia la siguiente etapa de la adultez que es la tardía, esto quiere decir que los adultos reorganizan su vida ya que muchos están a punto de dejar de laborar en sus centros como empleados y se proyectan mentalmente a lo que posterior se van a dedicar hasta su descenso, estas futuras actividades pueden ser empresa familia o alguna labor voluntaria en beneficio a la sociedad o hacia el mismo. Muchos autores indican que en esta etapa la esencia de su personalidad ya está constituida, otros opinan que esta etapa la personas pueden hacer cambios positivos en su esencia, pero su proceso puede ser más lento en esta etapa que antes sin embargo suelen ser más significativos; Jung sustentaba dos tareas que suprimían los adultos en esta etapa que es desistir a su figura jovial y aceptar la mortalidad;

Los problemas psicosociales que frecuentemente se dan en la adultez es el desarrollo por una identidad, la cual es un proceso que los adultos reafirman o cambian su percepción sobre ellos mismos en función a sus experiencia y críticas de su entorno esto le conlleva a una adaptación para la etapa de la adultez tardía, y el otro problema o desafío que tiene el adulto es su bienestar psicológico que eso está relacionado con su emocionalidad y



personalidad, Ryff ha encontrado que en esos años de la vida del adulto se centra en un periodo positivo de salud mental y de bienestar.

### **III. METODOLOGÍA**

### **3.1. Tipo de la investigación**

El tipo de estudio fue observacional porque no hubo manipulación de la variable; prospectivo, porque los datos recogidos fueron a propósito del estudio (primarios); transversal, porque se realizó una sola medición a la misma población; y descriptiva, porque el análisis estadístico fue univariado. (Supo, 2014).

### **3.2. Nivel de la investigación**

El nivel de investigación fue descriptivo porque se buscó describir las características de la población según el nivel de funcionamiento familiar en circunstancias temporales y geográficas delimitadas. (Supo, 2014).

### **3.3. Diseño de la investigación**

El diseño de investigación fue epidemiológico, porque se estudió la prevalencia del bienestar psicológico de los adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020. (Supo, 2014).

### **3.4. Universo y muestra**

El universo de esta investigación fueron adultos. La población estuvo conformada por adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que cumplan con los criterios de elegibilidad:

#### **Criterios de Inclusión**

- Adultos que vivan en la ciudad de Chiclayo
- Adultos a partir de 20 años
- Adultos con voluntad de participar en la investigación
- Adultos de ambos sexos
- Adultos que han finalizado correctamente el llenado del test

## **Criterios de Exclusión**

- Adultos que no cumplan con los criterios de inclusión.

No se contó con un marco muestral conocido, por lo que la población fue de  $N =$  desconocido.

El muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia, pues sólo se evaluó a los adultos que aceptaron participar de la investigación de manera voluntaria.

Llegando a obtener una muestra de  $n= 246$ .

### **3.5. Definición y operacionalización de variables e indicadores**

<b>VARIABLE DE CARACTERIZACION</b>	<b>DIMENSIONES / INDICADORES</b>	<b>VALORES FINALES</b>	<b>TIPO DE VARIABLE</b>
--	--------------------------------------	----------------------------	-----------------------------

Sexo	Autodeterminación	Femenino, Masculino	Catagórica, nominal, dicotómica
Edad	Autodeterminación	Años	Numeral, continua, razón
Estado civil	Autodeterminación	Soltero, casado, viudo, divorciado	Catagórica, nominal, Politómica
Grado de instrucción	Autodeterminación	Primaria, secundaria, superior técnica, superior universitaria, post grado	Catagórica, ordinal, politómica
Religión	Autodeterminación	cristiana- católica, cristiana- ortodoxa, judía, budista, otros	Catagórica, nominal, politómica

Situación laboral	Autodeterminación	Sí trabajo actualmente, no trabajo actualmente	Categórica, nominal, dicotómica
Tipo de familia	Autodeterminación	Nuclear, monoparental, compuesta, extensa	Categórica, nominal, politómica
<b>VARIABLE DE SUPERVISIÓN</b>	<b>DIMENSIONES / INDICADORES</b>	<b>VALORES FINALES</b>	<b>TIPOS DE VARIABLE</b>
Bienestar psicológico	Autoaceptación/control de situaciones, autonomía, vínculos psicosociales, proyectos personales	Alto, medio, bajo	Categórica, ordinal, politómica

### 3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### 3.6.1. Técnica

La técnica que se utilizó para la evaluación de las variables de caracterización fueron la encuesta, que consistió en el recojo de información a través de una ficha sobre sus principales datos que se hizo de manera directa. En cambio, para la evaluación de la variable de interés se usó como técnica, la psicometría, que son test que cuenta con propiedades psicométricas y a su vez cuenta con validez y confiabilidad (Supo, 2014).

#### 3.6.2. Instrumentos

##### 3.6.2.1. Escala de bienestar psicológico para adultos – BIEPS A

###### a. Ficha técnica

El nombre de este instrumento es: Escala de bienestar psicológico, la autora es: María Martina Casullo (2002), posteriormente fue adaptado por Domínguez Sergio (2014) en nuestro contexto. El objetivo de este instrumento es la medición del Bienestar

psicológico en adultos, este instrumento tiene una administración individual y colectiva, consta de 13 ítems y tiene un tiempo de aplicación de 15 minutos promedio.

### **b. Descripción del instrumento**

La Escala de bienestar psicológico es un cuestionario que mide el nivel de bienestar psicológico de un adulto teniendo en cuenta los siguientes indicadores: aceptación /control de situaciones, autonomía, vínculos psicosociales, proyectos personales.

### **c. Validez y confiabilidad**

Este instrumento presenta validez desde su versión original, Casullo (2002) realizó el estudio psicométrico con el cual trabajó con 359 adultos argentinos desde 18 a 61 años, a través del análisis de componentes con la rotación varimax definiendo las cuatro dimensiones y teniendo el 53 % de varianza. La confiabilidad se realizó con el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach obteniéndose 0.70, siendo un coeficiente alto lo que le da consistencia al test. Asimismo, Domínguez (2014) realizó la validez y confiabilidad en el Perú realizando primero el análisis factorial donde el índice de bondad-ajuste (0.961) y el índice del cuadrado medio del residuo (0.32) confirmando las cuatro dimensiones de Casullo, el índice de alfa de Cronbach es de 0.828, lo que refleja un valor adecuado de confiabilidad para el instrumento.

### **d. Calificación e Interpretación**

Para la calificación se debe tener en cuenta que cada respuesta tiene tres opciones: 3 (de acuerdo), 2 (ni de acuerdo, ni en desacuerdo), y 1 (en desacuerdo) dependiendo de lo que haya marcado la persona. El puntaje máximo es 39 y mínimo será 13. Teniendo como rangos los siguientes: Nivel alto (37 a más puntos) presenta una buena capacidad de

aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar; nivel medio (22 a 36 puntos), presenta dificultad para aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar; y nivel bajo ( 13 a 21 puntos), carece de capacidad para aceptarse tal como es, mantener relaciones interpersonales positivas, tener el control de su entorno, contar con un propósito y sentido de vida, así como la autonomía de pensar, decidir y actuar.

### **3.7. Plan de análisis**

Teniendo en cuenta que nuestro estudio será del nivel descriptivo se utilizó el análisis estadístico univariado, propio de la estadística descriptiva; presentando los resultados a través de tablas de frecuencias. El procesamiento de los datos se realizará a través de los softwares Microsoft Excel 2016 y Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).



### 3.8. Matriz de consistencia

Bienestar psicológico en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020

Problema	VARIABLES	Objetivos	Metodología	Técnica
¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico prevalente en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020?	Bienestar psicológico	O. General: Describir el bienestar psicológico prevalente en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.	Tipo: Observacional, prospectivo, transversal y descriptivo.  Nivel: Descriptivo.  Diseño: Epidemiológico.  Universo y población: Adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020. n:246	Técnica: Encuesta Psicométrica  Instrumentos: Escala de bienestar psicológico para adultos. BIEPS - A
		O. Específicos: Describir la edad en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		
		Describir el sexo en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		
		Describir el estado civil en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		
		Describir el grado de instrucción en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		
		Describir la religión en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		
		Describir la situación laboral en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		
		Describir el tipo de familia en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020.		

### **3.9. Principios éticos**

Los principios que estructuran esta investigación, tendrán como objetivo promover el conocimiento científico, sin dejar de apercibido lo que indica el reglamento de propiedad intelectual de nuestra universidad, que se refiere sobre el acatamiento de las normas sobre el derecho de autor y la propiedad intelectual, sabiendo que es de carácter obligatorio. Se actuará de manera responsable en el desarrollo de esta investigación, evitando el mal uso de fuentes o recursos que conlleva a un daño grave hacia los autores. (Universidad Católica los Ángeles Chimbote, 2019)

Este estudio contemplará los principios éticos en todo su proceso empezando por la protección a las personas, la libre participación y derecho de estar informado, la beneficencia no maleficencia y la justicia. Finalmente se tiene presente en todo momento las buenas prácticas como son: la consideración de las consecuencias de la realización y la difusión de su investigación; el investigador debe evitar falsificar datos, plagiar y dar derechos a autores que no son; citar cumpliendo con las normas APA; evitar acciones lesivas a las personas; el rigor científico; comunicar los resultados de la investigación a las personas involucradas si lo requieren, y por último la confidencialidad sobre los datos para garantizar el anonimato de los participantes.

## **V. RESULTADOS**

## 5.1. Resultados:

Tabla 1

*Bienestar psicológico en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Niveles	n	Porcentaje
Bajo	1	0.04%
Medio	109	44.3%
Alto	136	55.3%
Total	246	100%

*Fuente: Escala de bienestar psicológico para adultos. BIEPS A.*

En la tabla 1 se describe el bienestar psicológico en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que el nivel que prevalece es el *alto* con un 55.3%.

Tabla 2

*Edad en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

	Media
Edad	32.02

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 2 se describe la edad en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que la edad *media* es de 32.

Tabla 3

*Sexo en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Sexo	n	Porcentaje
Femenino	122	49.6%
Masculino	124	50.4%
Total	246	100%

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 3 se describe el sexo en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que el sexo que prevalece es el *masculino* con un 50.4%.

Tabla 4  
*Estado civil en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Estado civil	n	Porcentaje
Soltero (a)	177	72%
Casado (a)	64	26%
Divorciado (a)	5	2%
Total	246	100%

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 4 se describe el estado civil en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que el estado civil que prevalece es el *soltero* con un 72%.

Tabla 5  
*Grado de instrucción en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Grado de instrucción	n	Porcentaje
Secundaria	16	6.5%
Superior técnica	52	21.1%
Superior universitaria	132	53.7%
Post grado	46	18.7%
Total	246	100%

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 5 se describe el grado de instrucción en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que el grado de instrucción que prevalece es el *superior universitaria* con un 53.7%.

Tabla 6  
*Religión en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Religión	n	Porcentaje
Cristiana-católica	218	88.6%
Cristiana-ortodoxa	1	0.04%
Budista	2	0.08%
Otros	25	10.2%
Total	246	100%

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 6 se describe la religión en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que la religión que prevalece es la *cristiana-católica* con un 88.6%.

Tabla 7  
*Situación laboral en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Situación laboral	n	Porcentaje
Sí trabajo actualmente	160	65%
No trabajo actualmente	86	35%
Total	246	100%

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 7 se describe la religión en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que la situación laboral que prevalece es que *sí trabajan actualmente* con un 65%.

Tabla 8  
*Tipo de familia en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020*

Tipo de familia	n	Porcentaje
Nuclear	168	68.3%
Monoparental	25	10.2%
Compuesta	28	11.4%
Extensa	25	10.2%
Total	246	100%

*Fuente: Instrumento de recolección de datos*

En la tabla 8 se describe el tipo de familia en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; se evidencia que el tipo de familia que prevalece es la *nuclear* con un 68.3%.

## **5.2. Análisis de resultados:**

La presente investigación tuvo como objetivo general describir el bienestar psicológico prevalente en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020; en lo que se encontró el nivel alto de un 55.3% lo cual es el que prevalece en nuestra población de estudio, por lo que podríamos decir que presenta una buena capacidad de aceptarse, reconocer sus ventajas y limitaciones de lo que le ha pasado y no lo rechaza, también de controlar diferentes situaciones; tener amistades positivas con empatía y tener vínculos sociales de manera estable; tener libertad para pensar, decidir y actuar de manera eficaz y asertiva; y contar con

proyectos personales, tener convicción sobre el sentido o propósito de su vida (Casullo, 2002)

Este resultado avala parcialmente su validez interna, en cuanto se vigiló que los participantes de este estudio cumplieran con todos los criterios de inclusión establecidos en esta investigación, asimismo, cumpliendo las buenas prácticas y el código de ético de la investigación. Por último, se aplicaron instrumentos confiables, validados y adaptados a nuestra realidad, lo cual los resultados solo los proceso el investigador para evitar sesgos, también es conveniente afirmar que la muestra de esta investigación no simboliza a la población total por ser de tipo no probabilística de tipo por conveniencia. Estos resultados no se pueden generalizar por la misma naturaleza de su nivel que es descriptivo, por consiguiente, su validez externa es limitada.

El resultado de esta investigación es parecido a la investigación de Namay (2018) quien encontró un nivel alto de bienestar psicológico con su población que fueron pacientes de alguna enfermedad física leve, también es similar a la investigación de Suarez (2018) quien encontró como prevalencia al nivel bueno de bienestar psicológico en su población que fueron empleados de una empresa industrial. Esta semejanza se da: porque el rango de edad de ambas poblaciones es igual, ya que son mayores de 18 años a más y se encuentran en la etapa de la adultez temprana y adultez intermedia, a pesar que en la investigación de la Namay (2018) se usó como instrumento la escala de bienestar psicológico de José Sánchez Cánovas y lugar geográfico fueran diferentes a la de esta investigación. Sin embargo, este resultado es diferente a la de Ramos (2019) quien encontró un nivel medio de bienestar psicológico esta diferencia puede deberse a su población los cuales fueron personas que buscan ayuda psicológica y el instrumento que se aplicó como es la escala de bienestar psicológico de Ryff.

Este resultado podría explicarse por la edad promedio que tiene la población de esta investigación, que se ubica en la etapa de adultez temprana, lo cual Warner le llama la etapa de logro; en esta etapa se genera más la experimentación, eso se da por ejemplo en lo laboral o en alguna carrera nueva, así también en las relaciones amorosas con un ideal de largo plazo; Tanner propone un proceso de tres fases que es el recentramiento del adulto temprano, este implica el poder, la responsabilidad y la toma de decisiones, la primera fase es cuando el adulto crece en confianza, autonomía y expectativas, pero aún vive en su hogar de origen, la segunda fase es cuando el adulto empieza a instaurar compromisos, responsabilidades y recursos para su sustento, también la de actividades en diferentes ámbitos y el vínculo con su hogar de origen es mínima, y la tercera fase es cuando el adulto logra independizarse de su hogar de origen conservando los vínculos afectivos, está enfocado en una profesión, o en un proyecto de vida familiar; K. Warner Schaie describe un modelo cognoscitivo que la etapa de la adultez temprana los adultos tienen mayor capacidad mental en solucionar sus problemas prácticos en base a la experiencia que tiene con las personas de su entorno a eso le denomina la etapa de responsabilidad, también asumen el compromiso social en un nivel más complejo en su barrio o centro laboral a esto lo llama etapa ejecutiva; Ryff ha encontrado que en esos años de la vida del adulto se centra en un periodo positivo de salud mental y de bienestar (Papalia y Martorell, 2015).

Finalmente, se halló las características prevalentes en los participantes que fueron: sexo masculino, el estado civil soltero (a), el grado de instrucción superior universitaria, la religión cristiana-católica, su situación laboral sí trabajo actualmente, el tipo de familia nuclear y la edad promedio de 32 años.



## **VI. CONCLUSIONES**

1. El nivel de bienestar psicológico prevalente en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 es el Alto.
2. La edad en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 promedio en esta investigación es de 32 años.
3. El sexo en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que prevalece en esta investigación es el masculino con 50.4%.
4. El estado civil en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que prevalece en esta investigación es el soltero (a) con 72%.
5. El grado de instrucción en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que prevalece en esta investigación es el superior universitaria con 53.7%.
6. La religión en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que prevalece en esta investigación es la cristiana-católica con 88.6%.
7. La situación laboral en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que prevalece en esta investigación es el sí trabajo actualmente con 65%.
8. El tipo de familia en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020 que prevalece en esta investigación es la nuclear con 68.3%.

## ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

### **Recomendaciones:**

- A los estudiantes de pregrado e investigadores que tengan interés en hacer una línea de investigación referente a la variable de bienestar psicológico, se recomienda realizar investigaciones de otro nivel, así también buscar posibles relaciones con otras variables psicológicas y relacionar dicha variable con otras variables contextuales para si con una de ellas existe diferencias significativas y así aportar investigaciones con nuestra realidad a la psicología.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aliaga, D.S. (2012). *Burnout y bienestar psicológico en técnicas de enfermería en un hospital nacional de Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Lima, Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de <http://hdl.handle.net/20.500.12404/4430>
- Casullo, M. et al (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos aires, Argentina: Paidós.
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31. Recuperado de <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1211>
- Gutiérrez, M. y Otero, M. (2002). *Aportes a la investigación sobre bienestar psicológico en las condiciones de conflicto actual desde la perspectiva psicoanalítica*. Bogotá, Colombia: Facultad de Psicología, Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=000195&pid=S1657-9267200600020000400045&lng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000195&pid=S1657-9267200600020000400045&lng=es)
- Mori, D. J. (2019). *Resiliencia y bienestar psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de lima*. (Tesis para licenciatura). Chiclayo, Perú: Universidad Señor de Sipán.
- Namay, Y. V. (2019). *Bienestar psicológico en personas que padecen enfermedades no transmisibles (o crónicas) en el P.S. Gerardo Gonzáles Villegas - Tumbes, 2018*. (Tesis para licenciatura). Tumbes, Perú: Universidad Nacional de Tumbes.

- Olavarría L. (2019). Salud mental: ¿Cuál es la importancia del bienestar psicológico en la actualidad? *RPP Noticias*. Recuperado de <https://rpp.pe/vital/expertos/salud-mental-cual-es-la-importancia-del-bienestar-psicologico-en-la-actualidad-noticia-1216389>
- Papalia, D. E. y Martorell E. (2015). *Desarrollo humano. 13 edición*. Distrito federal, México: McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A.
- Ramos, K. A. (2019). *Bienestar psicológico de las personas que buscan ayuda en centros de escucha de Lima metropolitana*. (Tesis para licenciatura). Lima, Perú: Universidad Antonio Ruiz de Montoya.
- Ryff, C. D. (1989). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12 (1), pp. 35-55. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1177/016502548901200102>
- Ryff, C. D. y Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69 (4), pp. 719-727. Recuperado de <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf>
- Ryff, C.D. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9 (1), pp. 1- 28. Recuperado de [http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0901\\_1](http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1)
- Ramos, K. A. (2019). *Bienestar psicológico de las personas que buscan ayuda en centros de escucha de Lima metropolitana*. (Tesis para licenciatura). Lima, Perú: Universidad Antonio Ruiz de Montoya.
- Seligman, M. y Carril, P. (2016). *Florece: la nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar. 1era Edición*. Ciudad de México, México: Océano. Recuperado de

- <https://www.worldcat.org/title/flourish-a-visionary-new-understanding-of-happiness-and-well-being/oclc/617550838/editions?referer=di&editionsView=true>
- Sevillano T. M. (2018). *Calidad de vida laboral y bienestar psicológico en docentes de instituciones educativas del distrito de Jesús María, 2018*. (Tesis para licenciatura). Lima, Perú: Universidad César Vallejo.
- Suarez, K. V. (2018). *Bienestar psicológico en colaboradores de una empresa intermediadora en el rubro industrial de Chiclayo, agosto-diciembre 2018*. (Tesis para licenciatura). Chiclayo, Perú: Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo.
- Supo Condori, J. (2014). Seminarios de Investigación Científica. Recuperado de <http://seminariosdeinvestigacion.com/sinopsis>.
- Tarrillo R. (2017). Nivel de autoestima del personal de la I.E. hogar San Antonio, Piura. (Tesis para licenciatura). Piura, Perú: Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote.
- Universidad Católica los Ángeles Chimbote (2019). Reglamento de propiedad intelectual. Versión 005. Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles Chimbote.
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2009). *La ciencia del bienestar: Fundamentos de una psicología positiva*. Madrid, España: Alianza Editorial.

## **ANEXOS**

ANEXO 1: Escala de bienestar psicológico para adultos. BIEPS A.

**ESCALA BIEPS-A**

Te pedimos que leas con atención las frases siguientes y escribe el número que consideres adecuado en la hoja de respuesta, en base de lo que pensaste y sentiste durante el último mes.

No hay respuestas buenas o malas: todas sirven. No dejes frases sin responder.

1	2	3
De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo

1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.
2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo.
3. Me importa pensar que haré en el futuro.
4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.
5. Generalmente le caigo bien a la gente.
6. Siento que podré lograr las metas que me proponga.
7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.
8. Creo que en general me llevo bien con la gente.
9. 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 mis obligaciones diarias.



## ANEXO 2: Consentimiento informado



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

09 de agosto de 2020

Estimado .....

La Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote apoya la práctica de obtener el consentimiento informado de, y proteger a, los sujetos humanos que participen en investigación.

La siguiente información tiene por objeto ayudarle a decidir si aceptará participar en el presente estudio. Usted está en libertad de retirarse del estudio en cualquier momento.

Para tal efecto se le pedirá que responda la Escala de bienestar psicológico para adultos.

BIEPS A. Nos interesa estudiar el bienestar psicológico en adultos, Chimbote, 2019. Nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria. Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información sólo se identificará mediante un código numérico.

Si le gustaría tener información adicional acerca del estudio antes o después que finalice, puede ponerse en contacto con cualquiera de nosotros por teléfono o por correo.

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente,

Angel Injo Ulloque  
Estudiante de psicología de la ULADECH Católica  
[2623152021@uladech.pe](mailto:2623152021@uladech.pe)

ANEXO 3: Cronograma de actividades

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N <sup>o</sup>	Actividades	2018				2019								2020			
		2018 – 02				2019 - 01				2019 – 02				2020 – 01			
		Mes				Mes				Mes				Mes			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Proyecto	X	X	X													
2	Revisión del proyecto por el jurado de investigación			X													
3	Aprobación del proyecto por el Jurado de Investigación			X													
4	Exposición del proyecto al Jurado de Investigación			X													
5	Mejora del marco teórico y metodológico				X	X											
6	Elaboración y validación del instrumento de recolección de datos						X	X									
7	Elaboración del consentimiento informado (*)								X								
8	Recolección de datos									X							
9	Presentación de resultados										X						
10	Análisis e Interpretación de los resultados											X					
11	Redacción del informe preliminar												X				
12	Revisión del informe final de la tesis por el Jurado de Investigación													X			
13	Aprobación del informe final de la tesis por el Jurado de Investigación														X		
14	Presentación de ponencia en jornadas de investigación															X	
15	Redacción de artículo científico															X	

ANEXO 4: Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros (*)			
Impresiones	0.30	100	30.00
Fotocopias	0.05	500	25.00
Empastado	30.00	1	30.00
Papel bond A-4 (600 hojas)	0.05	600	30.00
Lapiceros	0.30	30	9.00
Servicios			
Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
Sub total			224.00
Gastos de viaje			
Pasajes para recolectar información	2.30	10	23.00
Subtotal			
Total de presupuesto desembolsable			247.00
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Servicios			
Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital – LAD)	30.00	4	120.00
Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University – MOIC).	40.00	4	160.00
Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			
Recurso humano			
Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.00
Subtotal			252.00
Total de presupuesto no desembolsable			652.00
Total (S/.)			899.00

ANEXO 5: Baremos de la escala de bienestar psicológico para adultos. BIEPS A. (Sevillano, 2018)

PD	NIVELES
39	ALTO
38	
37	
36	PROMEDIO
35	
34	
33	
32	
31	
30	
29	
28	
26	
24	
22	
20	BAJO
19	
18	
17	
16	
15	
14	
13	