



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD  
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN  
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL**

**AUTOR**

**AMAO BARRIAL, YASIRA NATALY  
ORCID:0009-0009-3231-3689**

**ASESOR**

**MILLONES ALBA, ERICA LUCY  
ORCID:0000-0002-3999-5987**

**CHIMBOTE-PERÚ  
2025**



**FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**ACTA N° 0244-121-2025 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **16:00** horas del día **20** de **Septiembre** del **2025** 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:

**GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR** Presidente  
**GUZMAN RODRIGUEZ NATALIA MAVILA** Miembro  
**ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN** Miembro  
**Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025**

**Presentada Por :**  
(3123202076) **AMAO BARRIAL YASIRA NATALY**

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

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

\_\_\_\_\_  
**GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR**  
Presidente

\_\_\_\_\_  
**GUZMAN RODRIGUEZ NATALIA MAVILA**  
Miembro

\_\_\_\_\_  
**ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN**  
Miembro

\_\_\_\_\_  
**Dr(a). MILLONES ALBA ERICA LUCY**  
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 UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025 Del (de la) estudiante AMAO BARRIAL YASIRA NATALY, asesorado por MILLONES ALBA ERICA LUCY se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% 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, 29 de Noviembre del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo con gran amor a mi hija y a toda mi familia por el apoyo incondicional, por siempre impulsarme a ser mejor y lograr con éxito mi carrera.

## **Agradecimiento**

Mi más profundo agradecimiento a la Dra. Erica Millones por su dedicación y paciencia infinita. Su dirección académica, llena de sabiduría y estímulo, ha sido fundamental para dar forma a esta investigación y mi crecimiento como investigadora. No puedo expresar con palabras cuánto valoro su apoyo y orientación a lo largo de este viaje académico.

## ÍNDICE GENERAL

<b>Dedicatoria</b> .....	iv
<b>Agradecimiento</b> .....	v
<b>RESUMEN</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	1
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	4
<b>2.1. Antecedentes</b> .....	4
<b>2.1.1. Antecedente Internacionales</b> .....	4
<b>2.1.2. Antecedente Nacionales</b> .....	5
<b>2.1.3. Antecedentes Locales o regionales</b> .....	6
<b>2.2. Bases teóricas</b> .....	7
<b>2.2.1. Bienestar Psicológico</b> .....	7
<b>Dimensiones del bienestar psicológico</b> .....	7
<b>2.2.4. Resiliencia</b> .....	10
<b>2.2.5. Resiliencia en adolescentes</b> .....	11
<b>2.2.7. Dimensiones de la Resiliencia</b> .....	11
<b>2.3. Hipótesis</b> .....	12
<b>III. METODOLOGÍA</b> .....	13
<b>3.1. Tipo, nivel y diseño de investigación</b> .....	13
<b>3.2. Población</b> .....	13
<b>3.3. Operacionalización de Variables</b> .....	14
<b>3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos</b> .....	15
<b>3.5. Método de análisis de datos</b> .....	16
<b>3.6. Aspectos éticos</b> .....	16

<b>IV. RESULTADOS</b> .....	17
<b>V. DISCUSIÓN</b> .....	23
<b>VI. CONCLUSIONES</b> .....	28
<b>VII. RECOMENDACIONES</b> .....	30
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	31
<b>ANEXOS</b> .....	35

### **Lista de Tablas**

Tabla 1 Operacionalización de las variables .....	14
Tabla 2 Relación existente de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.....	17
Tabla 3 Nivel de Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.....	18
Tabla 4 Nivel de resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.....	19
Tabla 5 Relación que existe entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.....	20
Tabla 6 relación que existe entre las dimensiones de Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.....	21

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como propósito determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ayacucho en el año 2025. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño metodológico no experimental, transversal y de alcance correlacional. La muestra estuvo conformada por 83 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia ( $r = ,582$ ;  $p = 0,000$ ), confirmando que, a mayor resiliencia, mayor es también el bienestar psicológico. Asimismo, se identificó que el 72,3% de los estudiantes presentó un nivel alto de bienestar psicológico y el 80,7% alcanzó un nivel alto de resiliencia. En el análisis por dimensiones, se encontró que la resiliencia se relaciona significativamente con factores como la perseverancia, la ecuanimidad, la autoconfianza y la satisfacción personal, mientras que el bienestar psicológico se asocia con el crecimiento personal, el dominio del entorno, la autoaceptación y la autonomía. A partir de estos hallazgos, se concluye que la resiliencia constituye un recurso fundamental para el fortalecimiento del bienestar psicológico en adolescentes.

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

## ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the relationship between psychological well-being and resilience among secondary school students from a public educational institution in Ayacucho, 2025. The study was conducted under a quantitative approach, using a non-experimental, cross-sectional, and correlational design. The sample consisted of 83 students selected through non-probability sampling. The results showed a positive and significant correlation between psychological well-being and resilience ( $\rho = .582$ ;  $p = .000$ ), confirming that higher resilience is associated with higher psychological well-being. Likewise, 72.3% of students reported a high level of psychological well-being, while 80.7% reached a high level of resilience. At the dimensional level, resilience was significantly related to perseverance, equanimity, self-confidence, and personal satisfaction, whereas psychological well-being was associated with personal growth, environmental mastery, self-acceptance, and autonomy. Based on these findings, it is concluded that resilience constitutes a key resource for strengthening psychological well-being in adolescents.

**Keywords:** *psychological well-being, resilience, adolescents*

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según Sandoval (2018), la adolescencia al ser una etapa compleja debe ser orientada por personas importantes en la vida de los estudiantes, con la finalidad de orientar en el mejoramiento de sus habilidades, capacidades y aptitudes, las que permitirán satisfacer cada una de sus necesidades, alcanzando así un adecuado bienestar psicológico. “el bienestar psicológico es una experiencia a nivel personal que se va estableciendo a través del desarrollo psicológico y de la construcción de su capacidad para poder relacionarse con su entorno de manera positiva, incorporando el aspecto negativo”.

La investigación se llevó a cabo en una institución educativa pública, donde la falta de resiliencia en estudiantes puede llevar consecuencias negativas en su salud mental, rendimiento académico y adaptación social. Estos estudiantes pueden experimentar mayor malestar psicológico, dificultades para afrontar desafíos, baja asistencia a clases, bajos logros académicos, y problemas de adaptación en el entorno educativo. La falta de resiliencia puede aumentar el riesgo de desarrollar problemas de salud mental, como ansiedad, depresión y estrés. Hay estudiantes que han logrado superarlos y alcanzar una calidad de vida más alta. Esto sugiere que estas personas poseen una mayor capacidad de resiliencia y bienestar psicológico, lo que les permite enfrentar y superar obstáculos de manera más efectiva.

Según Castro (2020), la juventud es un período en la que suceden cambios en la personalidad, también es muy importante que se desdoblén en un nivel adecuado de resiliencia y como consecuencia su bienestar psicológico, siendo esto importante por lo mismo que se va definiendo la identidad personal y empiezan a transformar su proyecto de vida es por ello que es importante que los adolescentes se desenvuelvan en su nivel de resiliencia adecuado con el objetivo de que cuenten con recursos que formen su bienestar psicológico.

Según Díaz y Lorenzo (2023) la resiliencia es el proceso de adaptarse bien a las adversidades, a una trauma, tragedia, amenazas o principios de tensiones significativas, como dificultades familiares o de relaciones personales, dificultades en la salud y situaciones estresantes, Ser resiliente no pretende decir que la persona no experimenta dificultades o angustias. El daño emocional y la tristeza son frecuentes en las personas que han sufrido

grandes adversidades y traumas en sus vidas. De hecho, el camino hacia la resiliencia posiblemente está lleno de dificultades que conmueven nuestro cambio emocional. La resiliencia no es una característica que la gente tiene o no tiene. Incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona. La presente investigación es de suma calidad en su aspecto teórico porque nos dará a conocer información relevante sobre las variables de bienestar psicológico y resiliencia, contribuyendo como aporte científico para futuras investigaciones. Por otro lado, en el aspecto práctico, los resultados de esta investigación será de gran interés ya que se podrá plantear alternativas de solución para resolver la problemática en la institución educativa, como lo es velar el bienestar psicológico de los estudiantes, utilizando medidas que los ayuden en su desarrollo personal y ayudar a los estudiantes en el desarrollo de la resiliencia para afrontar situaciones difíciles. Así también, en el aspecto metodológico se emplearán instrumentos correctamente validados y adaptados de manera confiable, logrando ser una guía para investigaciones futuras. Y, por último, en cuanto al aspecto social que consentirá la formulación y desarrollo de programas de promoción orientados a fomentar recursos cognitivos, socioemocionales y sociales, logrando que exista una correcta prevención de problemas psicosociales. El enunciado del problema es ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025?

Para ello nos planteamos el Objetivo general:

Determinar la relación existente de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

Y también los objetivos específicos:

- Identificar el nivel de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.
- Identificar el nivel de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.
- Identificar la relación que existe entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.
- Identificar la relación que existe entre las dimensiones de Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

El estudio tiene una justificación teórica, ya que apoya la línea de investigación de la Escuela Profesional de Psicología de la ULADECH, enfocada en la prevención y el cuidado de la salud mental. Esta investigación es crucial, ya que brindará datos valiosos sobre las variables relacionadas con el bienestar psicológico y la resiliencia, las cuales influyen directamente en la salud mental. A partir de los resultados de la investigación se plantearán estrategias o plan de acciones en búsqueda del bienestar de los estudiantes. Este estudio ayudará como un aporte científico significativo y asentará las bases para futuras investigaciones, permitiendo la correlación de variables y resultados que enriquecerán el conocimiento en este campo.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedente Internacionales

Ccarita (2021) realizó un estudio titulado “Resiliencia y el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno”. El estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre ambas variables. La investigación fue de tipo aplicada, con un diseño no experimental y un enfoque descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 132 estudiantes, a quienes se aplicaron escalas estandarizadas para medir los niveles de resiliencia y bienestar psicológico. Los resultados revelaron que el 40,1% de los estudiantes presentaron un nivel alto de resiliencia, mientras que el 23,5% mostraron un nivel medio. En cuanto al bienestar psicológico, el 93,9% se ubicó en un nivel regular. El análisis estadístico evidenció una relación significativa entre ambas variables, con un valor de  $p=0,000$  y un coeficiente de correlación de Spearman de 0,666, indicando una correlación positiva moderada. Estos hallazgos permitieron concluir que, a mayor resiliencia, mayor bienestar psicológico en los estudiantes evaluados.

Mogrovejo y Vizhnay (2024) realizó un estudio titulado “Relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Ecuador”. El objetivo principal fue identificar la relación entre ambas variables. La investigación fue de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de alcance descriptivo correlacional y corte transversal. La muestra, seleccionada mediante un muestreo no probabilístico, estuvo conformada por 356 estudiantes de distintas universidades ecuatorianas. Se emplearon la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (SPWB), la Escala de Resiliencia reducida (CD-RISC10) y un cuestionario sociodemográfico. Además, los resultados indican que existe una correlación negativa ( $Rho = -0,276$ ,  $p=0,000 < 0,05$ ) entre bienestar psicológico y resiliencia. Se concluye, que en el caso de los estudiantes universitarios en el contexto ecuatoriano no necesariamente tener bienestar psicológico implica haber desarrollado resiliencia.

Rebaza (2019) realizó un estudio titulado “Resiliencia y el Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del Distrito de Víctor Larco”. Tuvo como finalidad hallar la correlación entre la Resiliencia y el Bienestar Psicológico en

estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del Distrito de Víctor Larco. Tipo de investigación no experimental, de diseño descriptivo correlacional. La población estudiada estuvo constituida por 265 estudiantes del nivel secundario de ambos sexos. Los instrumentos empleados fueron la escala de Resiliencia (ER) de Wagnild Young y la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – J). Como resultados se muestran una correlación baja entre ambas variables. Cuando la resiliencia es baja o es alta, a medida que esta se incrementa el bienestar psicológico disminuye.

### **2.1.2. Antecedente Nacionales**

Ramos (2024) este estudio titulado “Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria en una institución educativa, Apurímac”. El método empleado fue de tipo básica, nivel descriptivo correlacional y diseño no experimental transversal. 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. 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.

Quispe (2025) este análisis titulado “Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes Universitarios de Lima Sur”. Se propuso como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia. El método del estudio fue correlacional, además contó con un diseño no experimental con corte transaccional. En una muestra de 268 estudiantes. Se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) de Casullo (2002) y la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993). Se encontró que el 54.1% tiene nivel promedio de bienestar psicológico y el 25.6 en bajo, y en la resiliencia se obtuvo un 50.6% en el nivel medio y el 25.3% en bajo. Además, se identifica correlación directa de magnitud fuerte entre el bienestar psicológico con la resiliencia ( $\rho = .584$ ,  $p < .001$ ), demostrando un tamaño del efecto moderado ( $TE = .341$ ).

Johnson (2022) en su investigación titulada “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo”. Este estudio se realizó con un diseño cuantitativo, no experimental, correlacional y transversal. Participaron 98 estudiantes de secundaria. Las relaciones entre las variables se analizaron con un nivel de confianza del 95%. El coeficiente de correlación de Spearman mostro una correlación positiva significativa entre la salud mental y la resiliencia (0,279).

Pacheco (2021) en su investigación titulada “Resiliencia y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Básica Regular Dos de Mayo, Madre de Dios”. De tipo básico, nivel correlacional. Diseño no experimental, transversal; La muestra de la población fue de 408 estudiantes. Se empleó la Escala de resiliencia de Wagnild y Young y la Escala de bienestar psicológico de Ryff. se obtuvo los siguientes resultados que; existe correlación relación directa y significativa entre resiliencia y bienestar psicológico ( $\rho = 0,802$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ).

Castro (2022) realizó un estudio titulado “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo”. El objetivo principal fue determinar la relación existente entre ambas variables en estudiantes de cuarto año de secundaria. Este estudio cuantitativo empleo un diseño no experimental, transaccional y correlacional. La muestra consistió en 64 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Se utilizaron la Escala de Salud Mental del Adolescente (ABS-A) y la escala de resiliencia del adolescente (ABS). Los resultados revelaron correlaciones positivas, moderadas y altamente significativas entre la salud mental y la resiliencia ( $p = 0,583$ ,  $p = 0,000$

### **2.1.3. Antecedentes Locales o regionales**

Carla (2025) Título de su investigación “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria, la Pampa, 2025”. Su objetivo fue conocer la correlación de ambas variables. De tipo cuantitativo, de diseño no experimental, de muestreo no probabilístico. Con una muestra conformada por 120 estudiantes. Se aplicó la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – J) y la escala de Resiliencia (ER) de Wagnild Young. Como resultados se muestra que el coeficiente de correlación entre la resiliencia y el bienestar psicológico es de 0,046 lo que evidencia que, existe una relación débil positiva entre ambas variables, ya que cuando el bienestar psicológico es alto, también se incrementa la resiliencia.

Prada (2025) Título de su investigación “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior – Huanta”. Su objetivo fue conocer la relación en ambas variables. De tipo básica, cuantitativa, correlación, de diseño no experimental, de muestreo no probabilístico. Con una muestra de 400 estudiantes. Se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y Escala de Resiliencia. El resultado demostró que si existe relación  $p = .000 < 0.050$  y  $r = .786^{**}$ . Se concluyó que hay relación entre ambas.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Bienestar Psicológico**

#### *1. Definición*

Según Ryff (1995) el modelo multidimensional del bienestar psicológico se enfoca en el crecimiento personal y capacidades. Este incluye seis dimensiones:

- Autonomía
- Autoaceptación
- Crecimiento personal
- Dominio del entorno
- Propósito de vida
- Relaciones positivas

Ryff resalta la importancia del desarrollo personal al enfrentar retos y alcanzar metas.

#### **Dimensiones del bienestar psicológico**

Ryff (1995) identifica seis dimensiones para evaluar el continuo positivo-negativo del bienestar psicológico (BP) en un individuo:

##### **1. Autoaceptación**

- Evalúa la conciencia y aceptación de los propios valores y limitaciones.
- Alta calificación indica aceptación positiva de uno mismo.
- Baja calificación refleja insatisfacción y deseo de ser diferente.

##### **2. Relaciones Positivas**

- Considera la capacidad de mantener relaciones cercanas basadas en confianza y empatía.
- Alta puntuación muestra afecto, intimidad y preocupación por los demás.
- Puntuaciones bajas indican dificultades en establecer lazos significativos.

### 3. Autonomía

- Mide el grado de independencia y autodeterminación personal.
- Altas puntuaciones reflejan resistencia a presiones sociales y un fuerte locus de control interno.
- Bajas puntuaciones sugieren dependencia de expectativas externas.

### 4. Dominio del Entorno

- Evalúa la capacidad de crear o seleccionar entornos que satisfagan necesidades personales.
- Puntuaciones altas implican un manejo efectivo de oportunidades.
- Puntuaciones bajas reflejan dificultades en la gestión de situaciones cotidianas.

### 5. Crecimiento Personal

Considera el desarrollo del potencial mediante nuevas experiencias.

- Altas calificaciones indican un sentido de constante desarrollo y apertura a experiencias.
- Bajas reflejan una sensación de estancamiento y desinterés.

### 6. Propósito en la Vida

- Evalúa la capacidad de establecer metas y otorgar significado a la vida.
- Altas puntuaciones indican claridad en objetivos y dirección.
- Bajas reflejan falta de sentido y metas difusas.

Entender el bienestar psicológico es crucial abarcarlo desde varias aristas, se ha estudiado la salud mental desde perspectivas variadas, reconociendo que se trata de un constructo complejo que integra aspectos internos y externos del ser humano. Navarro (2024) sostiene que el bienestar psicológico constituye un indicador fundamental de la calidad de vida, ya que no solo abarca las capacidades individuales y las condiciones externas que rodean a la persona, sino también la percepción subjetiva que esta desarrolla acerca de su existencia. Para el autor, dicho bienestar se expresa en el modo en que el individuo realiza un balance de sí mismo, articulando elementos afectivos y cognitivos en una relación positiva. que este proceso de valoración subjetiva se refleja en la capacidad del ser humano para experimentar disfrute, satisfacción y una actitud favorable hacia las distintas áreas de su vida. De esta manera, el bienestar psicológico no se limita únicamente a la ausencia de malestar, sino que se convierte en un estado activo de plenitud donde predominan los estados emocionales positivos. Asimismo, esta concepción subraya la importancia de reconocer la interacción entre lo interno (como las actitudes, creencias y emociones) y lo externo (las circunstancias sociales, familiares y culturales), pues de esa dinámica surge la percepción de calidad de vida.

Los estudios sobre el bienestar han ganado relevancia en psicología al enfocarse en los aspectos positivos de la vida y no solo en la enfermedad mental. Aunque en Ecuador las investigaciones son limitadas, se relacionan con la filosofía ancestral del Sumak Kawsay o “Buen Vivir”. Desde la psicología, el bienestar se entiende en dos tradiciones: la hedónica (centrada en el placer y la felicidad, también llamada bienestar subjetivo) y la eudamónica (asociada al desarrollo personal o bienestar psicológico). El bienestar subjetivo combina factores emocionales (afectos positivos y negativos) y cognitivos (satisfacción con la vida), reflejándose en emociones positivas frecuentes, baja presencia de emociones negativas y una valoración global de la vida. Además, se vincula con ámbitos como familia, salud, trabajo y escuela, así como con variables como el optimismo, y se relaciona negativamente con condiciones psicopatológicas como la depresión (Moreta y Barrera, 2017).

Sandoval et al. (2017) mencionaron que el bienestar psicológico es la capacidad que tiene una persona de hablar bien, de expresar lo que está sintiendo y sufriendo. Es decir, escribir en relación con cada tema. Movimiento mental del sujeto. Piensa en positivo, no solo en negativo, por lo tanto, este modelo sugiere que cuando la ciencia promueve la buena salud,

puede funcionar bien con los individuos, las familias, la educación y las relaciones. Entonces las escuelas deben apoyar su desarrollo.

#### **2.2.4. Resiliencia**

##### *Definición*

Según Wagnild y Young (1993), establece los tipos de la personalidad que se hallan conformados por cinco mecanismos de autoconfianza, ecuanimidad, satisfacción personal, perseverancia y soledad; que van acompañados de dos capacidades importantes que es la aprobación de uno mismo y de la vida. De esta manera la personalidad, se considera las cinco capacidades dentro de su investigación las cuales se muestran en el instrumento de escala de resiliencia (ER):

- **Confianza en sí mismo:** se refiere a la capacidad para creer y confiar en uno mismo, les muy importante que la persona se sienta tranquilo y que tenga una perspectiva positiva.
- **Ecuanimidad:** se trata de sobrellevar un hipo equilibrio entre la vida propia y las experiencias, recordando situaciones que generen respuestas excesivas ante las dificultades. El enfrentar situaciones problemáticas, encontrando un equilibrio entre la conciencia y la emoción, certificando la objetividad en los sujetos y decisiones; y empezando relaciones interpersonales estables.
- **Perseverancia:** se define cuando se llega a tener ansiedad del éxito y disciplina para seguir afrontando la vida también suele pasar cuando se presente algún tipo de problema llegando a desmotivarse con pensamientos negativos.
- **Satisfacción personal:** es el saber vivir y la observación que existe para llevar una buena conformidad entre la calidad de vida y el rol de sentirse en paz, personificando la felicidad.
- **Sentirse bien solo:** Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.

La resiliencia puede entenderse como la capacidad humana de enfrentar, resistir y superar situaciones adversas, traumáticas o de alto riesgo, logrando no solo recuperarse sino también salir fortalecido de la experiencia. No se trata de una cualidad innata, sino de un proceso dinámico que surge de la interacción entre las características personales y el contexto social,

familiar y cultural. Implica tanto resistir el “golpe” como reconstruirse positivamente, manteniendo vínculos significativos, bienestar psicológico y metas personales a pesar de las dificultades. Por ello, la resiliencia es considerada una cualidad universal y un indicador de buena salud mental, aplicable en distintos ámbitos biológico, familiar, social, histórico y escolar donde se ponen a prueba las capacidades de adaptación y superación (Uriarte, 2014).

### **2.2.5. Resiliencia en adolescentes**

Según Vinaccia y Quinceno (2007) han llevado a cabo estudios que vinculan la calidad de vida y la salud en adolescentes, centrándose en la resiliencia como factor protector. Las emociones negativas son identificadas como riesgos significativos para el bienestar físico y psicosocial. Se encontró que el dolor actúa como un estresor que afecta la asistencia escolar y las actividades sociales. Además, las emociones negativas están asociadas con baja adherencia a tratamientos médicos en pacientes crónicos. La influencia familiar es relevante en la búsqueda de identidad, aunque la resiliencia no parece mitigar significativamente el estrés o mejorar la salud.

### **2.2.7. Dimensiones de la Resiliencia**

La describen como una cualidad positiva del carácter que favorece la capacidad de adaptación del individuo. Estos autores plantean dos factores fundamentales: la Competencia Personal, que comprende atributos como la autoconfianza, la independencia, la determinación, la perseverancia, la creatividad y la fortaleza interior; y la Aceptación de Uno Mismo y de la Vida, entendida como la habilidad para mantener el equilibrio, la flexibilidad y una visión coherente de la existencia, lo que se traduce en la aceptación de la propia vida y en una sensación de serenidad frente a la adversidad (Matalinares et al., 2011).

Estos factores se toman en cuenta en las dimensiones que se reflejan en la siguiente figura.

- **Confianza en sí mismo:** Es la fe en las propias capacidades, reconociendo fortalezas y debilidades
- **Ecuanimidad:** Permite mantener una perspectiva equilibrada sobre la vida, aceptando las circunstancias sin reacciones extremas.
- **Perseverancia:** Implica seguir adelante a pesar de las dificultades, manteniendo el compromiso y la autodisciplina.

- Satisfacción Personal: Se relaciona con encontrar sentido en la vida y reflexionar sobre las contribuciones personales.
- Sentirse bien solo: Consiste en entender la vida como una experiencia única, enfrentando tanto momentos felices como desafiantes.

### **2.3. Hipótesis**

Ha: Existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

Ho: No existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

### III. METODOLOGÍA

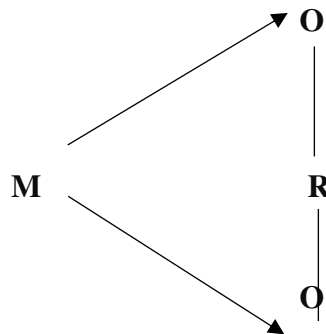
#### 3.1. Tipo, nivel y diseño de investigación

Tipo de investigación el trabajo realizado es de tipo cuantitativo, nivel correlacional, siguiendo un enfoque ordenado en el que las etapas se suceden sin omisiones. La investigación utiliza recolección de datos para probar hipótesis mediante mediciones numéricas y análisis estadístico, específico para establecer pautas de comportamiento (Hernandez y Mendoza, 2018).

Diseño de la investigación se basa en un diseño no experimental transeccional correlacional, recopilando datos en un único momento. Por lo que la investigación será transeccional es decir será en un momento específico.

El diagrama del diseño correlacional se muestra en el siguiente esquema:

Donde:



M = estudiantes de 4to de secundaria

O = Bienestar Psicológico / Resiliencia

R = Posible relación entre las variables

#### 3.2. Población

La población estuvo conformada por 583 estudiantes se aplicó al 5to año de nivel secundario en la institución educativa, ubicado en el Distrito de Jesús Nazareno, pertenecientes a la provincia de Ayacucho – huamanga. Conformada por 4 secciones A, B, C y D con edades comprendidas entre 16 a 17 años. La muestra estuvo conformada por 83 estudiantes, se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia porque se seleccionó a estudiantes que cumplieran con criterios de inclusión y exclusión específicos (Hernandez y Mendoza, 2018).

### 3.3. Operacionalización de Variables

**Tabla 1 Operacionalización de las variables**

Variable	Conceptualización	Dimensiones	Tipo de Medición	Indicador	Instrumento
Bienestar Psicológico	Según Ryff (2006), el BP se define como sentimientos negativos o positivos hacia las personas basados en tipologías y juicios convenientes, como la autosatisfacción, el predominio de estados positivos en el BP y calculos basados en la satisfacción de las personas.	-Autoaceptación -Relaciones positivas -Autonomía -Dominio del entorno -Crecimiento personal -Propósito en la vida	Categorial Alto (36 – 39) Medio (33 – 35) Bajo (13 – 32)	<b>29 ítems</b> -Totalmente de acuerdo -Muy de acuerdo -Ni de acuerdo, ni desacuerdo -En desacuerdo -Muy de desacuerdo -Totalmente en desacuerdo	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptación de Villanueva (Villanueva, 2023), la cual está integrada por 29 interrogantes y repartidas en 6 espacios.
Resiliencia	Según Wagnild y Young (1993). La R es un rasgo de personalidad que permite la exposición al estrés y exhibe efectos negativos de ajuste, y se utiliza principalmente para describir a individuos que afirman tener dificultad para adaptarse a situaciones externas.	-Ecuanimidad -Perseverancia -Confianza en Sí Mismo -Satisfacción Personal -Sentirse bien solo	Categorial Alto (138-175) Medio (64-137) Bajo (25-63)	<b>25 ítems</b> Totalmente de acuerdo -Muy de acuerdo -De acuerdo -Ni de acuerdo, ni desacuerdo -En desacuerdo -Muy de desacuerdo -Totalmente en desacuerdo	Escala de Resiliencia (ER) con autoría de Gail M. Wagnild y Heather M. Young, ítem modificados lingüísticamente por Del Águila (2003)

### 3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada fue la encuesta, permitiendo la rápida recolección de datos de una amplia población. Se emplearon dos instrumentos: la escala de bienestar psicológico de Ryff y la escala de resiliencia de Wagnild y Young.

El instrumento de bienestar psicológico de Ryff

#### **Ficha técnica**

Nombre: PWBS – Psychological Well-Being Scale (Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, EBPR)

Autor: Carol Diane Ryff (1989)

Adaptación: Villanueva (2023)

Administración: Individual y Colectiva

Tiempo de aplicación: 25 minutos

Numero de ítems: 29 ítems

Descripción de la escala: Escala Likert

Validez: Validez de contenido (V de Aiken): entre .88 y 1.00. Validez CDI. 932

Confiabilidad: Alfa de Crobach .833

Para la escala de Wagnild y Young se utilizó la versión adaptada por Del Águila (2003) y una versión más reciente en por Arias y Huamani (2023) para su uso en el Perú.

#### **Ficha técnica**

Nombre: Escala de Resiliencia (ER o RS – Resilience Scale)

Autor: Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993)

Adaptación: Arias y Huamani (2023)

Administración: Individual y Colectiva

Tiempo de aplicación: 25 minutos

Numero de ítems: 25 ítems

Descripción de la escala: Escala Likert

Validez: Validez de contenido (V de Aiken): entre .88 y Modelo bifactorial adecuado

Confiabilidad: Alfa de Crobach .890

### **3.5. Método de análisis de datos**

La información recopilada a través de la aplicación de los instrumentos de investigación fue procesada y organizada en una base de datos para su posterior análisis. El análisis estadístico se realizó siguiendo los lineamientos establecidos por los autores de los instrumentos utilizados, con el objetivo de obtener resultados detallados para cada uno. Posteriormente, se aplicaron pruebas estadísticas para validar los hallazgos y alcanzar los objetivos planteados en la investigación. Para ello se determinaron la normalidad de datos con la prueba de Kolgomorov Smirnoff, donde se evidenciaron datos no paramétricos. Luego de ello se opto por la prueba no paramétrica de Spearman para corroborar las correlaciones.

### **3.6. Aspectos éticos.**

El presente estudio se realizó bajo los principios éticos establecidos por el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación (Versión 001, 2024) de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Estos principios incluyen:

- ✓ Respeto y protección de los participantes, garantizando la dignidad humana, identidad, diversidad, confidencialidad y privacidad.
- ✓ Participación libre y voluntaria, con manifestación de voluntad informada, libre, inequívoca y específica.
- ✓ Beneficencia y no maleficencia, evitando cualquier daño a los participantes.
- ✓ Justicia, tratando a todos los participantes de manera equitativa y asegurando beneficios mutuos.
- ✓ Integridad y honestidad, manteniendo rigurosamente los estándares de la investigación científica, respetando la honestidad intelectual y citando adecuadamente según el manual de redacción científica APA (7ma edición).

#### IV. RESULTADOS

OG: Determinar la relación existente de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

**Tabla 2**  
*Relación existente de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.*

			Bienestar psicológico	Resiliencia
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coeficiente de correlación	1,000	,582**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	83	83
	Resiliencia	Coeficiente de correlación	,582**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	83	83

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

Según se aprecia en la tabla, existe una correlación positiva y significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia, con un coeficiente de correlación de Rho de Spearman = 0,582 y un valor de  $p = 0,000$ , el cual es inferior al umbral de significancia de 0,01. Esto indica que, a mayor resiliencia, también tiende a presentarse un mayor nivel de bienestar psicológico en la muestra analizada. El tamaño de la correlación puede considerarse de magnitud moderada-alta, lo que significa que la relación entre ambas variables no es casual ni débil, sino que existe un vínculo consistente entre la capacidad de afrontar adversidades y el estado de bienestar emocional y psicológico.

Este hallazgo respalda la idea de que la resiliencia actúa como un recurso protector que favorece la percepción de bienestar, ya que las personas con mayor capacidad de adaptación frente a situaciones difíciles son también quienes reportan mayores niveles de equilibrio psicológico. Sin embargo, aunque la relación es significativa y positiva, no implica causalidad, por lo que futuros estudios podrían profundizar en los factores mediadores (como apoyo social, experiencias previas o estrategias de afrontamiento) que fortalecen esta relación.

OE1: Identificar el nivel de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

**Tabla 3**  
*Nivel de Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.*

	<b>Bienestar psicológico</b>	
	N	%
Bajo	2	2,4%
Moderado	21	25,3%
Alto	60	72,3%

Según se aprecia en la tabla, la mayoría de los participantes reporta un nivel alto de bienestar psicológico (72,3%), lo que sugiere que en la muestra predominan percepciones positivas sobre su estado emocional, cognitivo y social. Este hallazgo es consistente con un perfil de población que, en general, manifiesta recursos internos y externos adecuados para afrontar las demandas cotidianas. En contraste, un 25,3% de los participantes presenta un nivel moderado, lo que indica que, si bien cuentan con cierto grado de bienestar, podrían experimentar áreas de vulnerabilidad que requieren mayor atención o fortalecimiento. Finalmente, solo un 2,4% reporta un nivel bajo, lo que representa un grupo reducido, pero significativo, pues sugiere la existencia de casos en los que el bienestar psicológico se encuentra comprometido.

OE2: Identificar el nivel de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

**Tabla 4**  
*Nivel de resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.*

<b>Resiliencia</b>		
	<b>N</b>	<b>%</b>
Bajo	5	6,0%
Moderado	11	13,3%
Alto	67	80,7%

Según se aprecia en la tabla, la mayoría de los participantes presenta un nivel alto de resiliencia (80,7%), lo que indica que la gran parte de la muestra cuenta con una capacidad significativa para afrontar la adversidad, adaptarse a situaciones difíciles y mantener un funcionamiento positivo ante el estrés. Este resultado sugiere que, en términos generales, los recursos personales y de afrontamiento de los individuos se encuentran fortalecidos.

Un 13,3% de los participantes se ubica en un nivel moderado, lo que refleja que, si bien poseen ciertas herramientas de resiliencia, estas podrían no ser suficientes en contextos de mayor exigencia o en situaciones de crisis prolongada. Finalmente, un 6,0% se encuentra en el nivel bajo, lo que pone en evidencia un grupo reducido que podría ser más vulnerable frente a la adversidad, requiriendo atención específica o el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento.

OE3: Identificar la relación que existe entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

**Tabla 5**  
*Relación que existe entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.*

Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coeficiente de correlación	Confianza				
			Perseverancia	Sentirse bien solo	en sí mismo	Satisfacción personal	
			,591**	,607**	,581**	,611**	,610**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000
		N	83	83	83	83	83

Los resultados muestran que el bienestar psicológico se relaciona de manera positiva y significativa con todas las dimensiones de la resiliencia analizadas. En el caso de la perseverancia, el coeficiente de correlación de Spearman es de 0,591 con un nivel de significancia de 0,000, lo que indica que, a mayor perseverancia, mayor es también el bienestar psicológico percibido. De forma similar, la dimensión de sentirse bien solo presenta una correlación de 0,607 ( $p = 0,000$ ), lo que refleja que quienes se sienten cómodos en espacios de soledad tienden a reportar un mayor equilibrio y bienestar emocional.

La confianza en sí mismo muestra también una correlación significativa ( $\rho = 0,581$ ;  $p = 0,000$ ), sugiriendo que la percepción positiva de las propias capacidades contribuye de manera importante al bienestar psicológico. Por su parte, la ecuanimidad alcanza una de las correlaciones más altas ( $\rho = 0,611$ ;  $p = 0,000$ ), lo que evidencia que la capacidad para mantener la calma y el equilibrio ante circunstancias difíciles está estrechamente vinculada con un mayor bienestar. Finalmente, la satisfacción personal presenta un coeficiente de 0,610 ( $p = 0,000$ ), confirmando que las personas que experimentan altos niveles de satisfacción consigo mismas reportan también un bienestar psicológico más elevado.

En conjunto, estas asociaciones todas significativas al nivel de 0,01 permiten rechazar la hipótesis nula y confirman que el bienestar psicológico no se entiende como un fenómeno aislado, sino que se construye a partir de la interacción de múltiples factores de resiliencia. Cada dimensión aporta de manera consistente al fortalecimiento del bienestar, destacando que las características personales y las habilidades de afrontamiento juegan un rol clave en la percepción de salud psicológica.

OE4: Identificar la relación que existe entre las dimensiones de Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.

**Tabla 6**  
*relación que existe entre las dimensiones de Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025*

Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	Dominio					
			Autoaceptación	Relaciones positivas	Autonomía	Del entorno	Propósito en la vida	Crecimiento en la vida
			,512**	,497**	,502**	,569**	,431**	,625**
		Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
		N	83	83	83	83	83	83

Los resultados de la Tabla 6 evidencian que la resiliencia se relaciona de manera positiva y estadísticamente significativa con todas las dimensiones del bienestar psicológico analizadas. En el caso de la autoaceptación, se obtuvo un coeficiente de correlación de 0,512 ( $p = 0,000$ ), lo que indica que las personas con mayor resiliencia tienden a aceptarse más a sí mismas y a valorar sus propias cualidades. De manera similar, las relaciones positivas muestran una correlación de 0,497 ( $p = 0,000$ ), sugiriendo que la capacidad de adaptarse ante la adversidad favorece también la construcción de vínculos interpersonales satisfactorios y saludables.

La autonomía presenta un coeficiente de 0,502 ( $p = 0,000$ ), lo que refleja que las personas resilientes tienden a mostrar mayor independencia y capacidad de tomar decisiones por sí mismas, incluso en situaciones difíciles. Por su parte, el dominio del entorno alcanza un coeficiente de 0,569 ( $p = 0,000$ ), evidenciando que la resiliencia se asocia con una mejor percepción de control y manejo de las circunstancias externas.

Asimismo, el propósito en la vida presenta una correlación significativa de 0,431 ( $p = 0,000$ ), lo que indica que quienes poseen mayor resiliencia suelen orientarse con más claridad hacia metas y objetivos vitales, otorgando sentido a sus experiencias. Finalmente, el crecimiento personal muestra la correlación más alta, con un coeficiente de 0,625 ( $p = 0,000$ ), lo que confirma que la resiliencia impulsa la capacidad de aprender, desarrollarse y transformarse a partir de los desafíos.

En conjunto, todas estas asociaciones, significativas al nivel de 0,01, permiten rechazar la hipótesis nula y confirman que la resiliencia constituye un recurso fundamental en la configuración del bienestar psicológico. Los hallazgos destacan que la resiliencia no solo favorece la estabilidad emocional, sino que además se vincula con aspectos clave como la autoaceptación, la autonomía, las relaciones interpersonales y el desarrollo personal, consolidándose como un factor esencial para la salud psicológica integral.

## V. DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación revelan una relación positiva y significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes evaluados. Este hallazgo permite rechazar la hipótesis nula y respaldar la hipótesis alternativa, indicando que, a medida que aumenta la resiliencia, también lo hace el bienestar psicológico. La intensidad de esta relación sugiere una conexión moderada a fuerte, lo que subraya la importancia de considerar la resiliencia como un recurso clave para promover el bienestar integral de los adolescentes. En función con el objetivo general, Ramos (2024), en Apurímac, encontró una relación significativa entre ambas variables, mientras que Quispe (2025) en Lima Sur reportó una correlación directa de gran magnitud. De manera similar, Pacheco (2021) en Madre de Dios evidenció una fuerte relación entre resiliencia y bienestar psicológico. Además, investigaciones internacionales, como la de Ccarita (2021) en Juliaca, también confirmaron que la resiliencia favorece el bienestar psicológico. Sin embargo, existen algunas discrepancias, como las reportadas por Mogrovejo y Vizhnay (2024) en Ecuador, quienes hallaron una correlación negativa entre ambas variables, y por Rebaza (2019) en Víctor Larco, quien observó que un aumento en la resiliencia podría asociarse con una disminución del bienestar psicológico. Estas diferencias podrían explicarse por factores contextuales, culturales y sociodemográficos, lo que destaca la necesidad de seguir investigando esta relación en diversos entornos.

Respecto al objetivo específico uno, Los resultados evidenciaron que el 72,3% de los estudiantes presenta un nivel alto de bienestar psicológico, mientras que el 25,3% se ubica en nivel moderado y solo el 2,4% en nivel bajo. Esto refleja que, en general, los adolescentes de la institución educativa estudiada gozan de un adecuado equilibrio psicológico, con predominio de actitudes positivas hacia sí mismos y hacia su entorno. Estos hallazgos difieren de lo reportado por Ccarita (2021), quien encontró que el 93,9% de los estudiantes se ubicaban en un nivel regular de bienestar psicológico. Sin embargo, se asemejan a lo señalado por Castro (2022), donde los resultados mostraron correlaciones positivas moderadas entre salud mental y resiliencia, sugiriendo que los adolescentes tienden a mantener un bienestar psicológico en rangos adecuados. Este resultado puede reflejar que factores como el acceso a redes de apoyo, estrategias de afrontamiento personales, la edad, el contexto sociocultural o

incluso las condiciones de vida, influyen de manera diferenciada en el nivel de bienestar percibido. Así, aunque la mayoría alcanza un bienestar alto, no debe pasarse por alto la importancia de identificar y atender a aquellos que se encuentran en niveles bajos o moderados, ya que representan un foco de interés para intervenciones preventivas o de promoción de la salud psicológica.

Respecto al objetivo específico dos. En cuanto a la resiliencia, se encontró que el 80,7% de los estudiantes posee un nivel alto, mientras que el 13,3% se ubica en nivel moderado y el 6,0% en nivel bajo. Este resultado pone en evidencia que la gran mayoría de los adolescentes cuenta con recursos internos suficientes para afrontar y adaptarse a situaciones adversas. Estos resultados se relacionan con lo encontrado por Quispe (2025), donde más del 50% de los estudiantes universitarios se ubicaron en niveles medios de resiliencia, aunque en el presente estudio se evidencia un porcentaje mayor en el nivel alto. Asimismo, guardan coherencia con lo planteado por Prada (2025) en Huanta, confirmando que la resiliencia se consolida como un recurso presente en los jóvenes. Estos hallazgos resaltan que, aunque la resiliencia es un rasgo ampliamente presente en la muestra, existen diferencias que pueden estar mediadas por factores individuales como la edad, la personalidad, el entorno social o las experiencias previas de vida. La predominancia de niveles altos podría estar asociada a la disponibilidad de redes de apoyo, recursos comunitarios o características culturales que fomentan la adaptación positiva. Sin embargo, la identificación de los grupos con niveles bajos y moderados resulta relevante para orientar programas de intervención que potencien la resiliencia y, en consecuencia, el bienestar general de los individuos.

Respecto al objetivo específico tres. se encontró que el bienestar psicológico presentó correlaciones positivas, de magnitud moderada-alta y estadísticamente significativas con todas las dimensiones de la resiliencia. En particular, se relacionó con la perseverancia, el sentirse bien solo, la confianza en sí mismo, la ecuanimidad y la satisfacción personal. Este patrón sugiere que el bienestar de los adolescentes no descansa en un único rasgo resiliente, sino en un perfil multicomponente en el que la regulación emocional (ecuanimidad), la autoeficacia (confianza), la persistencia orientada a metas (perseverancia), la comodidad con la soledad reflexiva (sentirse bien solo) y la valoración de la propia vida (satisfacción personal) se

articulan de forma complementaria para sostener un mayor equilibrio psicológico. Este hallazgo es coherente con la evidencia que reporta una relación directa entre resiliencia y bienestar en muestras escolares y universitarias. Pacheco (2021) informó una correlación fuerte entre ambas variables en estudiantes de secundaria, respaldando la idea de que un mayor desarrollo de los componentes resilientes se asocia con un bienestar superior. De modo similar, Quispe (2025), en universitarios de Lima Sur, encontró una relación directa y sólida, lo que refuerza la consistencia del vínculo en contextos educativos diversos. En la misma línea, Ccarita (2021) halló una asociación positiva en universitarios de Puno, y Ramos (2024), en escolares de Apurímac, confirmó la direccionalidad positiva del efecto en adolescentes peruanos. No obstante, la literatura también muestra cierta variabilidad en la magnitud del vínculo. Johnson (2022), en estudiantes de secundaria de Chiclayo, reportó una relación positiva, pero de menor intensidad, mientras que Castro (2022), en el mismo contexto, encontró asociaciones moderadas, más próximas a los resultados del presente estudio. Estos resultados coinciden en parte con lo reportado por Prada (2025) en educación superior en Huanta, quien halló un vínculo alto, aunque contrastan con lo encontrado por Carla (2025) en estudiantes de secundaria en La Pampa, donde la relación fue muy débil y positiva. De igual forma, difieren de lo señalado por Mogrovejo y Vizhnay (2024) en universitarios de Ecuador, quienes evidenciaron una correlación negativa, y de lo observado por Rebaza (2019), que identificó un patrón inverso en función del nivel de resiliencia. Tales discrepancias pueden explicarse por las diferencias sociales y contextuales, dado que el Perú, como sociedad pluricultural, presenta diversos tipos de formación y estructuras familiares, así como por factores individuales, ya que el adolescente es particularmente susceptible a las influencias de su entorno.

Respecto al objetivo específico cuatro. los resultados muestran que la resiliencia se relaciona positivamente con todas las dimensiones del bienestar psicológico, destacando vínculos más fuertes con el crecimiento personal y el dominio del entorno. Esto resulta teóricamente consistente, ya que la resiliencia supone la capacidad de aprender y transformarse tras la adversidad, lo cual se refleja en el crecimiento personal, así como la competencia adaptativa para gestionar y moldear contextos, asociada al dominio del entorno. A su vez, las correlaciones moderadas con la autoaceptación y la autonomía sugieren que aceptar la propia

historia y ejercer independencia constituyen condiciones internas que facilitan la expresión de respuestas resilientes.

Aunque los antecedentes revisados no siempre desagregan por dimensiones específicas de bienestar, sus hallazgos globales respaldan el patrón observado en nuestro estudio. Por ejemplo, Pacheco (2021) encontró una asociación alta entre resiliencia y el bienestar psicológico en su conjunto, lo que permite suponer que subescalas conceptualmente vinculadas con crecimiento y dominio contribuyen en mayor medida a dicha relación. De manera similar, Ramos (2024) y Quispe (2025) reportaron asociaciones directas utilizando medidas más globales de bienestar, pero que igualmente apuntan a la importancia de componentes como el progreso personal y la capacidad de manejar el entorno, sobre todo en adolescentes y jóvenes. En educación secundaria, Castro (2022) identificó relaciones de magnitud moderada entre resiliencia y salud mental, compatibles con las correlaciones que encontramos por subescala, mientras que Johnson (2022), en Chiclayo, halló una asociación de menor tamaño, probablemente influida por diferencias en los instrumentos aplicados, la composición muestral o la variabilidad en las dimensiones consideradas.

En contraste con los resultados positivos obtenidos en nuestro estudio, la correlación negativa reportada por Mogrovejo y Vizhnay (2024) invita a una lectura más matizada. En universitarios ecuatorianos una etapa marcada por altas exigencias académicas y potenciales estresores crónicos ciertos componentes de la resiliencia podrían articularse con formas de afrontamiento que, aunque funcionales para resistir la adversidad, resultan costosas a largo plazo. Estrategias como la hiperexigencia o una autosuficiencia rígida pueden sostener la resistencia, pero no necesariamente se acompañan de propósitos vitales o vínculos positivos, e incluso en contextos de precariedad podrían erosionarlos. En la misma línea, Rebaza (2019) encontró una relación baja y un patrón en el que, a determinados niveles, mayores puntajes de resiliencia se asociaban con menor bienestar, lo que sugiere la posibilidad de dinámicas no lineales o efectos modulados por las condiciones del entorno.

Por otro lado, estudios como los de Prada (2025) y Pacheco (2021) muestran escenarios opuestos, en los que la resiliencia se vincula estrechamente con el bienestar. En estos casos, la capacidad resiliente parece canalizarse hacia el hallazgo de sentido vital relacionado con

crecimiento personal y propósito y hacia una competencia adaptativa que facilita el manejo eficaz del entorno. Bajo estas condiciones, la asociación con el bienestar psicológico alcanza niveles muy altos, lo que evidencia que la dirección e intensidad del vínculo depende en gran medida de cómo se configuren los recursos resilientes en interacción con el contexto social e individual. En reflexión se puede asumir como coherente la idea de que el bienestar psicológico mejora la resiliencia y viceversa, esto es válido para casi cualquier contexto. Sin embargo, no se puede dejar de dalo los aspectos socioculturales y contextuales de la persona. Así como no se puede asegurar las condiciones familiares de cada hogar, la resiliencia surge y se debe reforzar en los adolescentes especialmente en momentos críticos de alto estrés que puede experimentar la persona.

## VI. CONCLUSIONES

- Se determina que existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Ayacucho en 2025. Con base en los resultados obtenidos a través del análisis de correlación de Spearman, se observó un coeficiente de correlación de  $\rho = ,582$  y un valor de significancia  $p = 0,000$ , el cual se encuentra por debajo del umbral convencional de 0,05. Esto confirma que, a mayor resiliencia, mayor es también el nivel de bienestar psicológico en la población estudiada.
- Se identifica que el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria es mayoritariamente alto, con un 72,3% de la muestra ubicada en este nivel, seguido de un 25,3% en nivel moderado y solo un 2,4% en nivel bajo. Esto indica que la mayoría de los adolescentes de la institución educativa reportan un estado psicológico positivo y equilibrado, con recursos internos adecuados para afrontar las demandas de la vida cotidiana.
- Se determina que el nivel de resiliencia en los estudiantes es predominantemente alto, con un 80,7% en dicho nivel, un 13,3% en nivel moderado y un 6,0% en nivel bajo. Los resultados muestran que la mayor parte de la población estudiada posee la capacidad de adaptarse de manera positiva frente a la adversidad y mantener un funcionamiento adecuado ante situaciones de estrés o dificultad.
- Se establece que existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en los estudiantes. Los resultados del análisis de Spearman indican correlaciones positivas y estadísticamente significativas en todas las dimensiones: perseverancia ( $\rho = ,591$ ;  $p = 0,000$ ), sentirse bien solo ( $\rho = ,607$ ;  $p = 0,000$ ), confianza en sí mismo ( $\rho = ,581$ ;  $p = 0,000$ ), ecuanimidad ( $\rho = ,611$ ;  $p = 0,000$ ) y satisfacción personal ( $\rho = ,610$ ;  $p = 0,000$ ). Esto confirma que cada una de las dimensiones de resiliencia contribuye de manera consistente al fortalecimiento del bienestar psicológico en los adolescentes evaluados.

- Se determina que existe una relación significativa entre las dimensiones de bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes. El análisis de Spearman evidenció correlaciones positivas en todas las dimensiones: autoaceptación ( $\rho = ,512$ ;  $p = 0,000$ ), relaciones positivas ( $\rho = ,497$ ;  $p = 0,000$ ), autonomía ( $\rho = ,502$ ;  $p = 0,000$ ), dominio del entorno ( $\rho = ,569$ ;  $p = 0,000$ ), propósito en la vida ( $\rho = ,431$ ;  $p = 0,000$ ) y crecimiento personal ( $\rho = ,625$ ;  $p = 0,000$ ). Estos resultados confirman que los estudiantes con mayor resiliencia tienden a mostrar mayores niveles de desarrollo personal, autoaceptación, autonomía y manejo del entorno, así como mejores relaciones y sentido de propósito vital.

## VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a los directivos de la institución educativa implementar un programa integral de fortalecimiento socioemocional, que articule tutorías, actividades extracurriculares y acompañamiento psicológico, con el fin de potenciar tanto la resiliencia como el bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria.
- Se recomienda a los tutores escolares realizar evaluaciones periódicas del bienestar psicológico de los estudiantes y diseñar talleres de autoaceptación y crecimiento personal, para consolidar y mantener los niveles altos encontrados en la mayoría de la población.
- Se recomienda a los docentes incorporar en sus clases metodologías activas y retadoras (aprendizaje basado en proyectos, resolución de problemas), que favorezcan la perseverancia y el afrontamiento positivo, reforzando así la resiliencia en los estudiantes.
- Se recomienda a los estudiantes participar activamente en talleres y dinámicas de autoconfianza y regulación emocional, ya que dimensiones como la ecuanimidad y la satisfacción personal mostraron una fuerte relación con el bienestar psicológico.
- Se recomienda a los padres de familia promover espacios de diálogo y acompañamiento familiar, que fortalezcan el propósito en la vida, la autonomía y las relaciones positivas, aspectos que mostraron una correlación directa con la resiliencia de sus hijos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, W., & Huamani, J. C. (2023). Resiliencia en estudiantes universitarios de Arequipa: Análisis psicométrico de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young comparación en función de sexo y la edad. *Revista Psicológica Herediana*, 16(2).  
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RPH/article/download/5312/5564/15530>
- Carla, T. (2025). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria, La Pampa*. [Tesis de grado]. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/41234>
- Castro, E. M. (2022). *Bienestar psicológico y calidad de vida en docentes de una institución educativa de Chiclayo*. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/1108>
- Castro, M. (2020). *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo*. [Tesis de grado].  
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9021/Castro%20Espinoza%20Maritza%20Giovanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ccartia, Y. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Juliaca, Puno*. [Tesis de grado].  
<https://repositorio.autonomaedica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/1472/3/Yaneth%20Rutmery%20Ccarita%20Pelaez.pdf>
- Díaz, K., & Alexis, L. (2023). Resiliencia individual y comunitaria ante eventos adversos y desastres: Una revisión necesaria. *Revista de Estudio del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 11(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2308-01322023000200016](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-01322023000200016)
- Hernandez, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (Primera Edición ed.). McGraw Hill.  
<http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>

- Johnson, J. (2022). *Bienestar psicologico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa publica Chiclayo*. [Tesis de grado].  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_2d2d711b91ff04eabf999d28cd8980a9](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_2d2d711b91ff04eabf999d28cd8980a9)
- Matalinares, M., Yaringaño, J., & Sotelo, N. (2011). Factores personales de resiliencia y autoconcepto en estudiantes de primaria. *Revista IIPSI*, 4(11), 187-207.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8176364.pdf>
- Mogrovejo, J., & Vizhñay, S. (2024). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios del Ecuador. *MQR Investigar*, 8(4).  
[https://www.researchgate.net/publication/385074989\\_Bienestar\\_psicologico\\_y\\_resiliencia\\_en\\_estudiantes\\_universitarios\\_del\\_Ecuador](https://www.researchgate.net/publication/385074989_Bienestar_psicologico_y_resiliencia_en_estudiantes_universitarios_del_Ecuador)
- Moreta, R., & Barrera, I. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios. *Salud y Sociedad*, 8(2). <https://www.redalyc.org/pdf/4397/439752880005.pdf>
- Navarro, J. (2024). Salud mental y bienestar psicologico en estudiantes universitarios. *IPSA Cientia*, 9(1).  
<https://www.booksandjournals.org/ojs/index.php/ipsa/article/view/v9a4/395>
- Pacheco, B. (2021). *Resiliencia y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Básica Regular Dos de Mayo, Madre de Dios 2021*. [Tesis de grado]. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/1382036?locale=es>
- Prada, N. (2025). *Bienestar psicologico y resiliencia en estudiantes de secundaria la Pampa*. [Tesis de grado]. <https://repositorio.urp.edu.pe/entities/publication/44ff8f00-0a93-4081-a707-1b6acd4788e1>
- Quispe, J. (2025). *Bienestar psicologico y resiliencia en estudiantes universitarios de Lima Sur*. [Tesis de grado]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/3580>
- Ramos, A. (2024). *Bienestar psicologico y resiliencia en estudiantes de secundaria de Apurimac*. [Tesis de grado].

<https://www.bing.com/ck/a?!&&p=9c9e24bae793b0525acc857b2291381495306c24fe02cc53f70165e8aefef2dfJmltdHM9MTc2MTAwNDgwMA&ptn=3&ver=2&hsh=4&fclid=077e3066-5bdd-6059-10fc-24895a3061ce&psq=Bienestar+psicologico+y+resiliencia+en+estudiantes+de+secundaria+de+Apur>

Rebaza, R. (2019). *Resiliencia y bienestar psicologico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Victor Larco*. [Tesis de grado].

<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/9667?locale-attribute=en>

Ryff, C. (1995). The structure of psychological well being revisited. *J Pers Social*, 69(4).

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7473027/>

Sandoval, S. (2018). *Psicología del Desarrollo Humano II*. Universidad Autónoma de Sinaloa.

[https://dgep.uas.edu.mx/librosdigitales/6to\\_SEMESTRE/64\\_Psicologia\\_del\\_Developmento\\_Humano\\_II.pdf](https://dgep.uas.edu.mx/librosdigitales/6to_SEMESTRE/64_Psicologia_del_Developmento_Humano_II.pdf)

Sandoval, S., Dorner, A., & Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en educación médica*, 6(24).

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-50572017000400260](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572017000400260)

Uriarte, J. (2014). *Escritos de resiliencia: La resiliencia individual y comunitaria*. Urilan Serie Libros.

[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/52413402/Escritos\\_de\\_la\\_resiliencia.\\_Resiliencia\\_individual\\_y\\_comunitaria-libre.pdf?1491029965=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DESCRITOS\\_DE\\_RESILIENCIA\\_LA\\_RESILIENCIA\\_I.pdf&Expires=1756787654&Signature](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/52413402/Escritos_de_la_resiliencia._Resiliencia_individual_y_comunitaria-libre.pdf?1491029965=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DESCRITOS_DE_RESILIENCIA_LA_RESILIENCIA_I.pdf&Expires=1756787654&Signature)

Villanueva, D. (2023). *Propiedades psicometricas de la escal de bienestar psicologico de ryff en estudiantes de una universidad de Lima Sur*. [Tesis de grado].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2553/Villanueva%20Quispe%2c%20Diana%20Esther.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vinaccia, S., & Japcy, M. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología*, 16(2). <https://www.redalyc.org/pdf/804/80401610.pdf>

Wagnild, G., & Young, H. (1993). Developmente and psychometric evaluation of the resilience scale. *Nurse Meas*, 1(2). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>

## **ANEXOS**

**ANEXO 1:** Documento de autorización para el desarrollo de la investigación



Ayacucho, 01 de septiembre del 2025

SEÑOR (A) :

MGTR. ELENA ESTHER REYNA MÁRQUEZ  
Coordinadora de Gestión de Investigación  
Universidad Católica los Ángeles de Chimbote - ULADECH.

ASUNTO : Aceptación de Desarrollo de Investigación

REFERENCIA: CARTA N°0000002151-2025-CGI-VI-ULADECH CATOLICA

Estimada Magister:

Mediante el presente tengo el agrado de dirigirme a usted, con la finalidad de hacerle llegar el saludo cordial y fraterno a nombre propio y la comunidad educativa "Señor de los Milagros" del distrito de Jesús Nazareno, Provincia de Huamanga, Región Ayacucho, al mismo tiempo se da por ACEPTADO, el desarrollo del trabajo de INVESTIGACION denominado BIENESTAR PSICOLÓGICO y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INTTUCION EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025. Por un periodo de 11 días calendario ( 10 de agosto al 5 de septiembre del 2025), a favor de la estudiante Sra. YASIRA NATALY, AMAO BARRIAL, identificada con DNI N° 74409146, estudiante que pertenece al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGIA de nuestra prestigiosa Casa de Estudios.

Se expide el presente documento a petición de la interesada,  
Sin otro en particular me suscribo de usted

Atentamente,

MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
UGEL - HUAMANGA  
I.E.P. "SEÑOR DE LOS MILAGROS"  
Lic. Neri Flores Mariño  
DIRECTORA (E)

ANEXO 2: Carta de recojo de datos



Chimbote, 02 de septiembre del 2025

**CARTA N° 0000002151- 2025-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

**Señor/a:**

**GOMEZ VILAVICENCIO, JESUS  
INTITUCIÓN EDUCATIVA SEÑOR DE LOS MILAGROS**

**Presente.-**

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INTITUCION EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025, con la LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL, que involucra la recolección de información/datos en QUINTO "A" "B" "C" "D", a cargo de YASIRA NATALY AMAO BARRIAL, perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA, con DNI N° 74409146, durante el período de 25-08-2025 al 05-09-2025.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



**Mgtr. Elena Esther Reyna Márquez  
Coordinadora de Gestión de Investigación**



**ANEXO 03: Matriz de consistencia**

**Título: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025**

<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública, Ayacucho, 2025	<p>Objetivo general: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública, Ayacucho, 2025</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar el nivel de Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.</li> <li>Identificar el nivel de Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.</li> <li>Identificar la relación que existe entre Bienestar Psicológico y las dimensiones de Resiliencia en estudiantes</li> </ul>	<p>Ha: Existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.</p> <p>Ho: No existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025</p>	<p>Variable 1</p> <p>Bienestar Psicologico</p> <p>-Autoaceptación</p> <p>-Relaciones positivas</p> <p>-Autonomía</p> <p>-Dominio del entorno</p> <p>-Crecimiento personal</p> <p>-Propósito en la vida</p> <p>Variable 2</p> <p>Resiliencia</p> <p>-Ecuanimidad</p> <p>-Perseverancia</p>	<p>Tipo de Inv: cuantitativo</p> <p>Nivel de Inv: correlacional</p> <p>Diseño de Inv: no experimental</p> <p>Población y muestra: 128 estudiantes de secundaria</p> <p>Técnica</p> <p>Instrumento</p> <p>Escala de Bienestar Psicológico de Ryff adaptación de Villanueva (Villanueva, 2023), la cual está</p>

	<p>de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar la relación que existe entre las dimensiones de Bienestar Psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025.</li> </ul>		<p>-Confianza en Sí Mismo</p> <p>-Satisfacción Personal</p> <p>-Sentirse bien solo</p>	<p>integrada por 29 interrogantes y repartidas en 6 espacios.</p> <p>Escala de Resiliencia (ER) con autoría de Gail M. Wagnild y Heather M. Young. ítem modificados lingüísticamente por Del Águila (2003)</p>
--	---	--	--	--

#### **ANEXO 4:** Validez y confiabilidad de instrumento

El instrumento de bienestar psicológico de Ryff

##### **Ficha técnica**

Nombre: PWBS – Psychological Well-Being Scale (Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, EBPR)

Autor: Carol Diane Ryff (1989)

Adaptación: Villanueva (2023)

Administración: Individual y Colectiva

Tiempo de aplicación: 25 minutos

Numero de ítems: 29 ítems

Descripción de la escala: Escala Likert

Validez: Validez de contenido (V de Aiken): valores entre 0.88 y 1.00, lo que indica una alta concordancia entre los jueces expertos respecto a la pertinencia y representatividad de los ítems del instrumento. Validez CDI: coeficiente de 0.932, lo que refleja una adecuada consistencia interna en la relación entre los constructos evaluados.

Confiabilidad: Alfa de Cronbach: 0.833, considerado un nivel alto de confiabilidad, lo que sugiere una buena consistencia interna de los ítems del instrumento.

Baremos: Bajo: 29-77; Regular, 78-125- Alto 126-174

Para la escala de Wagnild y Young se utilizó la versión adaptada por Del Águila (2003) y una versión más reciente en por Arias y Huamani (2023) para su uso en el Perú.

##### **Ficha técnica**

Nombre: Escala de Resiliencia (ER o RS – Resilience Scale)

Autor: Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993)

Adaptación: Arias y Huamani (2023)

Administración: Individual y Colectiva

Tiempo de aplicación: 25 minutos

Numero de ítems: 25 ítems

Descripción de la escala: Escala Likert

Validez: Validez de contenido (V de Aiken): valores comprendidos entre 0.88, lo que evidencia una alta concordancia entre los jueces expertos en la evaluación de la pertinencia, claridad y relevancia de los ítems del instrumento. Modelo bifactorial adecuado: el análisis factorial confirmó una estructura de dos factores bien definida, lo que respalda la validez de constructo del instrumento y demuestra que los ítems se agrupan coherentemente en torno a los factores teóricos previstos.

Confiabilidad: Alfa de Cronbach .890 , indicador de una excelente consistencia interna, lo que sugiere que los ítems del instrumento presentan una alta homogeneidad y estabilidad en las respuestas.

Baremos: Nivel Bajo 25-75- Nivel Medio 76-125 Nivel Alto 126-175

**ANEXO 05:** Ficha de identificación del experto

**VERSIÓN FINAL DE LAS ESCALAS DE BIENESTAR PSICOLÓGICO**

Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff

(Adaptación de Villanueva, 2023)

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de manera general en tu vida cotidiana, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Total, en Desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de Acuerdo	Total, de acuerdo

Items	1	2	3	4	5	6
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento con cómo han resultado las cosas	1	2	3	4	5	6
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones	1	2	3	4	5	6
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5	6

4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida	1	2	3	4	5	6
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	1	2	3	4	5	6
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	1	2	3	4	5	6
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar	1	2	3	4	5	6
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	1	2	3	4	5	6
10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	1	2	3	4	5	6
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	1	2	3	4	5	6
12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	1	2	3	4	5	6
13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones	1	2	3	4	5	6
14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	1	2	3	4	5	6
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	1	2	3	4	5	6
17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	1	2	3	4	5	6
18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	1	2	3	4	5	6

19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	1	2	3	4	5	6
20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	1	2	3	4	5	6
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	1	2	3	4	5	6
23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	1	2	3	4	5	6
24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	1	2	3	4	5	6
25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	1	2	3	4	5	6
26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	1	2	3	4	5	6
27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	1	2	3	4	5	6
28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	1	2	3	4	5	6
29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	1	2	3	4	5	6

## ACTUAL ESCALA DE RESILENCIA DE WAGNILD & YOUNG

Grado académico:	Ciclo/ año cursado:		Profesión:
Fecha de evaluación:	Edad:	Género: M ( ) F ( )	Labora actualmente: SI ( ) No ( )
Lugar de Nacimiento:	Cambio de Domicilio: SI ( ) NO ( )	Lugar actual de procedencia:	Tiempo en el actual domicilio:
Vive con: Padres ( ) independiente ( ) Familiares ( ) Otro ( ) Especificar: _____		Número de Hermanos: Si ( ) Especificar: _____ No ( )	
Nivel socio económico: Alto ( ) Medio alto ( ) Medio ( ) Medio bajo ( ) Bajo ( )			

**INSTRUCCIONES:**

Por medio de este cuestionario, se busca conocer su forma y frecuencia de actuar ante determinadas circunstancias, las cuales serán plasmadas en 25 frases.

Se le solicita que conteste a cada una de las siguientes preguntas marcando con un aspa (X) en la casilla que mejor represente su proceder en cada oración, vale resaltar que no existe respuesta buena ni mala, agradeceremos solución de manera sincera y rápida el cuestionario.

Espere las indicaciones para comenzar la evaluación.

Ítem	TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	PARCIALMENTE EN DESACUERDO	INDIFERENTE	PARCIALMENTE DE ACUERDO	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO
1. Cuando planifico algo lo realizo							
2. Soy capaz resolver mis problemas							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4. Para mí es importante mantenerme							

interesado(a) en algo.							
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a)							
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8. me siento bien conmigo mismo(a).							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido (a).							

<b>Ítem</b>	<b>TOTALMENTE EN DESACUERDO</b>	<b>EN DESACUERDO</b>	<b>PARCIALMENTE EN DESACUERDO</b>	<b>INDIFERENTE</b>	<b>PARCIALMENTE DE ACUERDO</b>	<b>DE ACUERDO</b>	<b>TOTALMENTE DE ACUERDO</b>
-------------	---------------------------------	----------------------	-----------------------------------	--------------------	--------------------------------	-------------------	------------------------------

11. Soy amigo(a) de mí mismo							
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13. Considero cada situación de manera detallada.							
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							
15. Soy auto disciplinado(a).							
16. Por lo general encuentro de que reírme.							
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.							
18. En una emergencia soy							

alguien en quien pueden confiar.							
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista							
20. A veces me obligo a hacer cosas que me gusten o no.							
21. Mi vida tiene sentido.							
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.							
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida							
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.							
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.							

**ANEXO 06:** Formato de consentimiento y asentimiento informado

**PROTOCOLOS DE CONSENTIMIENTO Y ASENTAMIENTO INFORMADO PARA  
LAS**

**DISCIPLINAS DE CIENCIAS SOCIALES**

**PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO**

**(Ciencias Sociales)**

Mi nombre es Yasira Nataly, Amao Barrial y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de 15 minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de _____?	<b>SI</b>	<b>NO</b>
--	-----------	-----------

Fecha: \_\_\_\_\_



## CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA AUTORIZAR SU PARTICIPACIÓN EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

**Título de la investigación:** BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2025

**Investigador principal:** Amao Barrial, Yasira Nataly

**Institución:** Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote

**Correo electrónico de contacto:** [yasiraamaobarrial@gmail.com](mailto:yasiraamaobarrial@gmail.com)

**Teléfono de contacto:** 929249747

### 1. Objetivo de la investigación

Este estudio tiene como objetivo Determinar la relación existente de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2025. La participación en este estudio contribuirá al fortalecimiento del conocimiento sobre los recursos personales y emocionales que emplean estos padres, permitiendo desarrollar futuras intervenciones psicoeducativas orientadas al bienestar familiar y a la mejora del acompañamiento profesional desde los servicios de salud y educación.

### 2. Descripción de la participación

- **Procedimientos:** Si decide participar en este estudio, usted será invitado (a) a, completar la encuesta. La duración aproximada de su participación será de, 30 minutos.
- **Frecuencia:** La participación se llevará a cabo en un solo encuentro.

### 3. Posibles beneficios

No se garantiza que usted reciba un beneficio directo por participar en esta investigación. Sin embargo, los resultados del estudio pueden proporcionar información valiosa para el diseño de programas de apoyo emocional y psicosocial dirigidos a padres de niños con discapacidad, así como contribuir al avance del conocimiento en el campo de la psicología familiar y la intervención temprana.

#### **4. Posibles riesgos o molestias**

La participación en este estudio no conlleva riesgos significativos, pero es posible que experimente ciertas molestias menores, como fatiga, incomodidad emocional, entre otros. En caso de que se sienta incómodo o desee interrumpir su participación en cualquier momento, puede hacerlo sin ninguna consecuencia negativa.

#### **5. Confidencialidad**

Toda la información que proporcione será tratada de manera confidencial. Sus respuestas serán codificadas y los datos personales no serán divulgados en ningún momento. Los resultados de este estudio podrán ser utilizados para publicaciones científicas, pero los datos se presentarán de manera anónima. La información recopilada será almacenada de manera segura, en archivos digitales protegidos con contraseña, y solo el equipo investigador tendrá acceso a ellos.

#### **6. Participación voluntaria**

Su participación en este estudio es completamente voluntaria. Usted tiene derecho a:

- Decidir si desea participar o no.
- Interrumpir su participación en cualquier momento sin ninguna consecuencia.
- Hacer preguntas en cualquier momento y recibir respuestas claras sobre cualquier aspecto de la investigación.

#### **7. Compensación**

- No habrá ninguna compensación económica por su participación en este estudio. Sin embargo, como reconocimiento a su colaboración, se le brindará una charla informativa sobre estrategias de afrontamiento y resiliencia, orientada a fortalecer sus capacidades personales y emocionales en el cuidado de su hijo(a).

#### **8. Derechos del participante**

Usted tiene derecho a:

- Solicitar más información sobre la investigación.
- Retirarse en cualquier momento sin que esto afecte su relación con los investigadores o la institución.
- Preguntar sobre el manejo de la información obtenida y cómo será utilizada.

#### **9. Consentimiento**

Si tiene alguna duda o pregunta sobre este estudio, puede ponerse en contacto con el investigador principal al número de celular 929249747 correo: [yasiraamaobarrial@gmail.com](mailto:yasiraamaobarrial@gmail.com) . Por favor, lea cuidadosamente este documento antes de tomar una decisión. Si está de acuerdo en participar en este estudio, firme a continuación:

**Firma del participante:** .....

**Fecha:** ...../...../.....

**Firma del investigador:** .....