



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

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2026**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR
RODRIGUEZ MENDOZA, NICOL DIANA
ORCID:0000-0002-7578-0545

ASESOR
VELASQUEZ TEMOCHE, SUSANA CAROLINA
ORCID:0000-0003-3061-812X

CHIMBOTE-PERÚ
2026



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0030-121-2026 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **19:20** horas del día **09** de **Junio** del **2026** 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
MILLONES ALBA ERICA LUCY Miembro
ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA Miembro
Dr(a). VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, AYACUCHO, 2026**

Presentada Por :
(3123201019) **RODRIGUEZ MENDOZA NICOL DIANA**

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

MILLONES ALBA ERICA LUCY
Miembro

ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA
Miembro

Dr(a). VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
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, 2026 Del (de la) estudiante RODRIGUEZ MENDOZA NICOL DIANA, asesorado por VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA 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, 04 de Agosto del 2026



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

Dedico esta tesis a Dios, cuya presencia ha sido fundamental en mi vida, su orientación y fortaleza me han permitido enfrentar y superar los retos.

A mis padres, quienes han sido el pilar fundamental sobre el cual he construido mi vida y mis sueños. No existen palabras suficientes en este trabajo para expresar la gratitud que siento por el amor incondicional que me han brindado desde el primer día.

A ustedes, que, con sus sacrificios silenciosos, sus desvelos y su entrega absoluta, me enseñaron el verdadero valor de la perseverancia y la humildad. Gracias por creer en mis capacidades incluso en los momentos de duda, por ser mi refugio en las tormentas y por impulsarme siempre a llegar más alto. Cada logro que hoy celebro es el fruto de la semilla que ustedes plantaron en mí con tanto esfuerzo.

Este título no me pertenece solo a mí; es el testimonio de su lucha, de sus consejos y de esa fe inquebrantable que me permitió seguir adelante. Con todo mi cariño y admiración, dedico este trabajo a los seres más importantes de mi vida.

Agradecimiento

A mis padres, NEMESIO Y VICTORIA:

No existen palabras suficientes para expresar la gratitud que siento al dedicarles este logro. Si hoy alcanzo la meta de culminar mi carrera y presentar esta tesis, es únicamente porque ustedes construyeron el camino para que yo pudiera caminarlo.

A mi papá Nemesio gracias por ser el ejemplo más claro de perseverancia y trabajo duro. Gracias por enseñarme que el conocimiento es el único tesoro que nadie puede quitarnos y por cada sacrificio silencioso que hiciste para que a mí nunca me faltara nada. Tu fortaleza ha sido mi mayor refugio en los momentos de duda.

A mi mamá Victoria, gracias por tu amor incondicional y por ser mi apoyo emocional en cada noche de desvelo y estrés. Gracias por creer en mi capacidad incluso cuando yo mismo dudaba, por tus palabras de aliento y por esa paciencia infinita que solo una madre posee. Tu fe en mí fue el motor que me impulsó a no rendirme.

Este título universitario lleva sus nombres grabados en el esfuerzo. Gracias por haberme dado no solo la oportunidad de estudiar, sino también los valores de honestidad y responsabilidad que me han permitido llegar hasta aquí. Lo logramos juntos.

Índice General

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	V
Índice General.....	VI
Lista de Tablas.....	VIII
Resumen.....	IX
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema.....	1
II. Marco teórico.....	4
2.1 Antecedentes.....	4
2.2 Bases teóricas.....	7
2.3 Hipótesis.....	13
III. Metodología.....	14
3.1 Tipo, nivel y diseño de investigación.....	14
3.2 Población.....	14
3.3 Operacionalización de las variables/categorías.....	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información.....	16
3.5 Método de análisis de datos/información.....	16
3.6 Aspectos éticos.....	17
IV. Resultados.....	18
V. Discusión.....	22
VI. Conclusiones.....	24
VII. Recomendaciones.....	25
Referencias bibliográficas.....	26

Anexos	31
Anexo 1. Documento de autorización para el desarrollo de investigación	31
Anexo 2. Carta de recojo de datos.....	32
Anexo 3. Matriz de consistencia y operacionalización	33
Anexo 4. Ficha técnica de los instrumentos	34
Anexo 5. Formato de consentimiento informado u otro que corresponda a la investigación ...	36

Lista de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de las variables.....	15
Tabla 2 Prueba de normalidad KS	18
Tabla 3 Relación entre el Bienestar Psicológico y Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.	18
Tabla 4 Relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.	19
Tabla 5 Relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.	20
Tabla 6 Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.	20
Tabla 7 Niveles de autoestima en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.....	21

Resumen

La investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre Bienestar Psicológico y Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2026. La metodología que se empleo fue de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de nivel correlacional con un diseño no experimental de corte transversal. Donde el muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia, con una muestra de 60 estudiantes. Se utilizaron los instrumentos Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) y la Escala de Resiliencia (ERA). En el objetivo general, se halló una relación positiva entre las variables comparadas ($.025 < .050$), aunque de magnitud baja. Respecto al primer objetivo específico, las dimensiones dominio del entorno ($p = .037$), crecimiento personal ($p = .040$) y el propósito de vida ($p = .045$) mostraron relaciones positivas y significativas; mientras que la autonomía presentó una relación baja ($p = .040$). En contraste, autoaceptación ($p = .004$) y relaciones positivas ($p = .005$) mostraron relaciones negativas. En el segundo objetivo específico, se encontró una relación positiva y significativa fuerte con el factor II ($p = .023$), mientras que el factor I presentó una relación moderada ($r = .547$), pero no significativa ($p = .079$). En cuanto a las tablas descriptivas la mayoría 43.3% presento niveles medios de bienestar psicologico y el 66.7% un nivel moderado de resiliencia. Se concluye que, si bien existe relación significativa entre las variables, su magnitud general es baja, lo que sugiere la influencia de otros factores en la resiliencia.

Palabras clave: Bienestar Psicológico, resiliencia, estudiantes.

Abstract

The research aimed to determine the relationship between Psychological Well-being and Resilience in students of an Educational Institution in Ayacucho, 2026. The methodology employed was quantitative, basic, and correlational, with a non-experimental, cross-sectional design. Sampling was non-probabilistic and based on convenience, with a sample of 60 students. The instruments used were the Psychological Well-being Scale (BIEPS-J) and the Resilience Scale (ERA). Regarding the general objective, a positive relationship was found between the compared variables ($.025 < .050$), although of low magnitude. With respect to the first specific objective, the dimensions of environmental mastery ($p = .037$), personal growth ($p = .040$), and purpose in life ($p = .045$) showed positive and significant relationships; while autonomy showed a weak relationship ($p = .040$). In contrast, self-acceptance ($p = .004$) and positive relationships ($p = .005$) showed negative relationships. Regarding the second specific objective, a strong and significant positive relationship was found with Factor II ($p = .023$), while Factor I showed a moderate relationship ($r = .547$), but not a significant one ($p = .079$). As for the descriptive tables, the majority (43.3%) presented average levels of psychological well-being, and 66.7% a moderate level of resilience. It is concluded that, although a significant relationship exists between the variables, its overall magnitude is low, suggesting the influence of other factors on resilience.

Keywords: Psychological Well-being, resilience, students.

I. Planteamiento del problema

La adolescencia de 10 a 19 años es una etapa crucial del desarrollo humano. Se caracteriza por importantes cambios fisiológicos, emocionales, cognitivos y sociales que impactan directamente en la identidad, la autoestima y la salud mental (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2019). Durante esta etapa, los adolescentes se enfrentan a diversas necesidades y desafíos que pueden afectar negativamente su salud mental, especialmente si carecen de los recursos personales y sociales necesarios para afrontarlos (OMS, 2023).

La salud mental no es simplemente la ausencia de enfermedad; abarca un estado mental positivo, que incluye la autoestima, un sentido de propósito, relaciones interpersonales saludables, regulación emocional y habilidades para la resolución de problemas (Ryff y Keyes, 1995). En colaboración con la UNESCO, UNICEF y la Organización de las Naciones Unidas para la Juventud (2025), la OMS enfatiza la urgente necesidad de fortalecer las políticas públicas en materia de salud mental para niños, adolescentes y jóvenes, y señala que investigaciones recientes muestran que factores ambientales externos como la pobreza, la violencia, la exclusión, las crisis económicas, la presión académica y el aumento del estrés digital pueden empeorar la salud mental de los jóvenes y perjudicar su capacidad para disfrutar de un bienestar general.

Numerosos estudios en psicología moderna han demostrado que la salud mental está estrechamente relacionada no solo con la presencia de enfermedades mentales, sino también con el desarrollo de habilidades como la independencia, la búsqueda de significado, las relaciones positivas con los demás y el crecimiento personal (Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995). La resiliencia se considera un importante factor protector, refiriéndose a la capacidad de una persona para adaptarse, recuperarse y crecer ante las dificultades. Diversos estudios han demostrado que la resiliencia puede mitigar los efectos de la ansiedad y el estrés durante la adolescencia, pero su eficacia puede variar según el entorno y los recursos sociales disponibles (García et al., 2024).

A nivel internacional estudios cualitativos realizados en ciudades como Bogotá, Buenos Aires y Lima encontraron que los adolescentes utilizan recursos personales y sociales, como actividades de ocio y el apoyo de la familia y la comunidad, para afrontar los desafíos de salud mental. Esto destaca la importancia de los contextos ambientales y culturales en el fomento de la resiliencia psicológica (Toyama et al., 2025). Un estudio longitudinal realizado durante la pandemia también informó un aumento de los síntomas de ansiedad, depresión, soledad y una disminución de la satisfacción con la vida entre los adolescentes peruanos, especialmente las

niñas. Esto destaca la necesidad de abordar los factores psicosociales que influyen en el bienestar adolescente (Toyama et al., 2025).

A nivel nacional, los avances recientes en la evaluación de la salud mental en las escuelas han fortalecido la comprensión existente del bienestar adolescente. En 2025, el Ministerio de Salud, con el apoyo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Ministerio de Educación, realizó la Encuesta Internacional de Salud de Estudiantes (ENSE). La OPS y la OMS (2025) recopilaron datos actualizados sobre salud mental, factores de riesgo y factores de protección (salud emocional y redes de apoyo social) de una muestra representativa de más de 3500 estudiantes de 51 instituciones educativas

A nivel local, los informes institucionales indican que los estudiantes de secundaria en Ayacucho enfrentan desafíos significativos, como estrés académico, síntomas de ansiedad y dificultades para regular el estado de ánimo. Estos factores se asocian con el estrés académico, las circunstancias socioeconómicas adversas, las relaciones familiares tensas y la falta de apoyo socioemocional en las instituciones educativas (Gamarra et al., 2024; Rodríguez y Mendoza, 2023). La resiliencia es la extensión de encarar y restablecer situaciones agobiantes ya que es un factor crucial para la salud mental de los adolescentes.

Sin embargo, las investigaciones sugieren que los estudiantes de Ayacucho carecen de suficientes recursos internos o externos para desarrollar altos niveles de resiliencia, lo que los expone a un mayor riesgo de pérdida de motivación, bajo rendimiento académico y malestar psicológico persistente (Pérez y Cayo, 2023; Vásquez et al., 2023).

No obstante, existe una falta de investigación empírica sobre la relación integral entre la salud mental y la resiliencia psicológica en estudiantes de secundaria de escuelas públicas del distrito de Ayacucho. Esto dificulta el desarrollo de políticas educativas y programas de intervención basados en la evidencia. El objetivo de esta investigación es subsanar esta deficiencia.

De acuerdo a lo expuesto es necesario hacernos la siguiente interrogante ¿Cuál es la relación de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública, Ayacucho 2026?

Para ellos nos planteamos el Objetivo general:

Determinar la relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública, Ayacucho 2026.

Y también los objetivos específicos:

Identificar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Ayacucho 2026.

Identificar los niveles de resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública Ayacucho, 2026.

Conocer la relación entre las dimensiones (positiva y negativa) de autoestima y resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública Ayacucho, 2026.

Conocer la relación entre la autoestima y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) de resiliencia en estudiantes de una institución educativa pública Ayacucho, 2026.

Esta investigación está estrechamente relacionada con la investigación sobre la prevención de problemas de salud mental en estudiantes de secundaria y tiene relevancia social, educativa y científica. La adolescencia es un período crítico del desarrollo humano, donde los factores emocionales, mentales y sociales tienen un impacto significativo en el bienestar presente y futuro de una persona. A lo largo de este período, la salud mental y la resiliencia psicológica ejercen un papel crucial en la mitigación de diversos riesgos (Fernández, 2018).

Desde una perspectiva educativa, numerosos estudios han demostrado que la salud mental y la resiliencia psicológica contribuyen al ajuste emocional, la gestión del estrés y el rendimiento académico en adolescentes (Ryff, 2014; Masten, 2018). Estos agentes son especialmente importantes en las escuelas públicas, donde los elementos sociales y familiares pueden influir en la salud mental de los estudiantes.

Los hallazgos de este estudio pueden aplicarse al desarrollo y la mejora de los servicios de orientación educativa, las intervenciones psicológicas en las escuelas, los servicios de consejería y los talleres para padres con el fin de promover la salud mental y el desarrollo integral del alumnado. La información apoya a docentes, psicólogos, administradores escolares y, en especial, a las juntas escolares locales, en la toma de decisiones basadas en la evidencia. Analizar la relación entre estas dos variables en este contexto educativo específico también mejora la comprensión científica y sienta las bases para futuras investigaciones y medidas preventivas en salud mental.

II. Marco teórico

2.1 Antecedentes

Eshun (2024) investigó la "Relación entre la Resiliencia y el bienestar psicológico en Adolescentes Escolares de Adentan, Ghana". Este estudio empleó un diseño transversal descriptivo y un muestreo aleatorio proporcional para seleccionar a 350 adolescentes. Los datos se recopilaron mediante un cuestionario que incluía la Escala de Resiliencia Psicológica y la versión abreviada de la Escala de Salud Mental Juvenil. Los resultados mostraron una correlación significativa entre la resiliencia psicológica y la salud mental ($t = 6,531$, $p < 0,05$). El coeficiente de correlación de Pearson ($r = 0,504$) también fue significativo ($p < 0,000$), lo que indica una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Goodwin et al. (2025) realizaron un estudio transversal en seis escuelas en su artículo "Bienestar psicológico resiliencia y comportamientos de búsqueda de ayuda de adolescentes durante la pandemia de COVID-19: un estudio transversal". El estudio utilizó la Escala de Salud Mental de Warwick-Edimburgo (WEMWBS), la Escala de Resiliencia Infantil y Adolescente (CRYM-R). La muestra del estudio consistió en 410 adolescentes. Los resultados mostraron una correlación positiva significativa entre bienestar psicológico y la resiliencia ($p < 0,001$), y entre el estigma de la enfermedad mental y el comportamiento de búsqueda de ayuda. Simultáneamente, se observó una correlación positiva significativa entre la resiliencia individual y el estigma percibido y real ($p < 0,05$).

Núñez y Vázquez (2022). Hicieron una investigación titulada "Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes universitarios". Tuvo como objetivo determinar la relación de las dos variables. La investigación es de tipo cuantitativo, no experimental, de nivel descriptivo correlacional, y de corte transversal. La población estuvo conformada por 122 estudiantes universitarios. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Medición de la Resiliencia Mexicana (RESI-M) y la Escala de Bienestar Psicológica de Ryff. Los resultados de la correlación indicaron que existe una relación directa entre resiliencia y bienestar psicológico ($Rho=0.554$, $p<0.001$), entre más resiliencia la persona poseerá un mejor bienestar psicológico.

Ramos (2024) realizó un estudio titulado "Bienestar psicológico y Resiliencia en Estudiantes de Secundaria de la Provincia de Apurímac". Este estudio transversal no experimental se diseñó mediante análisis de correlación descriptiva. Se incluyeron 300 estudiantes seleccionados aleatoriamente. Los instrumentos de investigación fueron el

Cuestionario de Salud Mental para Adultos, desarrollado por Maria Martina Casulló (2002), y la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young (1993). El estudio encontró una asociación significativa entre la salud mental y la resiliencia en estudiantes de secundaria de la Provincia de Apurímac en 2022 ($p = 0,031984$). Dado que este valor p se encontraba por debajo del nivel de significancia del 5%, se aceptó la hipótesis alternativa.

Quispe (2024) realizó un estudio titulado "Salud Mental y Resiliencia en Estudiantes Universitarios del Sultanato de Lima". Esta investigación tuvo como objetivo estudiar la relación entre la salud mental y la resiliencia mental. La investigación empleó un diseño transversal no experimental y un análisis de correlación. Un total de 268 estudiantes participaron en el estudio. Se les evaluó mediante la evaluación de salud mental BIEPS-A, desarrollada por Casullo (2002), y la evaluación de resiliencia mental ER, desarrollada por Wagnild y Young (1993). Los resultados mostraron que el 54,1 % de los estudiantes tenía buena salud mental, mientras que el 25,6 % la tenía mala. En cuanto a la resiliencia mental, el 50,6 % de los estudiantes tenía una resiliencia moderada, mientras que el 25,3 % tenía una resiliencia baja. Además, se encontró una asociación positiva significativa entre la salud mental y la resiliencia mental ($p = 0,584$, $p < 0,001$) con un tamaño del efecto moderado ($TE = 0,341$).

Johnson (2022) En su Maestría titulada Bienestar Psicológico y Resiliencia en estudiantes de secundaria de una Institución Pública de Chiclayo. Tuvo como propósito determinar la relación de ambas variables. La metodología tuvo un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, correlacional de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 98 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Bienestar Psicológica Ryff y la Escala de Resiliencia en Adolescentes. En los resultados se indicó que 71.4% de los encuestados presentó una salud mental moderada y el 54,1 % una resiliencia psicológica moderada. El análisis de la relación entre estas dos variables (nivel de confianza del 95 %) confirmó una correlación positiva significativa (0,279) entre la salud mental y la resiliencia psicológica (coeficiente de fase ordinal de Spearman).

Castro (2020) En su trabajo de investigación "Bienestar Psicologico y Resiliencia de los Estudiantes de Instituciones Educativas de la Ciudad de Chiclayo en el año 2020". El objetivo principal es determinar la relación entre las variables. La metodología empleada para la presente investigación fue de tipo cuantitativo y de diseño no experimental transaccional correlacional, donde la población fue de 64 estudiantes. Los resultados de la EBP-A y la Escala de Resiliencia

Juvenil (ERA) mostraron una relación positiva, moderada y altamente significativa entre salud mental y resiliencia ($\rho=.583$; $p=.000$). La conclusión es: cuanto más resiliente sea un estudiante, mejor será su salud mental y viceversa.

Rebaza (2021) En su tesis titulada “Resiliencia y Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Víctor Largo, 2019”. El presente estudio tuvo como finalidad hallar la correlación entre la Resiliencia y el Bienestar Psicológico en estudiantes de secundaria. El tipo de investigación es no experimental con un diseño descriptivo correlacional. La población con la que se trabajó en este estudio estuvo formada por 265 estudiantes, Como instrumentos de medición se empleó la escala de Resiliencia (ER) de Wagnild Young y la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS – J). Como resultados se muestra que el coeficiente de correlación entre la resiliencia y el bienestar psicológico es de ,391 lo que evidencia que la correlación entre ambas variables es baja. Puede observarse que cuando la resiliencia es baja o es alta, a medida que esta se incrementa el bienestar psicológico disminuye. Con respecto a la resiliencia, los adolescentes poseen predominantemente un nivel alto (29.8 %) y con respecto al bienestar psicológico poseen predominantemente un nivel medio bajo (37.0 %).

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”. realizó un estudio transversal con 408 estudiantes de la Escuela Primaria Dos de Mayo en Madre de Dios. El estudio examinó la resiliencia mental y la salud mental de los estudiantes mediante la Escala de Resiliencia de Wagnild Young y la Escala de Salud Mental Leaf. Los resultados mostraron una asociación positiva significativa entre la resiliencia mental y la salud mental ($\rho = 0,802$, $p < 0,05$).

Fernández (2018) En su tesis titulada “Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria víctimas de violencia de una institución educativa pública emblemática del distrito de Huaral, 2018”. El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria. El tipo de investigación utilizada fue descriptiva, correlacional, no experimental y transversal. Compuesto por 276 estudiantes. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y Keyes, adaptada por Casullo en Perú en 2002, y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, adaptada en Perú por Novella en 2002, del Mental Wellbeing Outcomes Study. Según la prueba estadística de Spearman Rho, existe una correlación

significativa $s=0.000$ con un coeficiente de correlación directa positiva $r=0.275$ entre el bienestar psicológico y la resiliencia entre estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de una icónica institución educativa pública de Huaral.

Prada (2023) En su Tesis de Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior - Huanta. Tuvo como finalidad determinar la relación entre la bienestar psicológico y resiliencia, La metodología de tipo básica, enfoque cuantitativo alcance descriptiva correlacional y de corte transversal, la muestra estuvo constituida por 197 estudiantes, Se utilizaron como instrumentos de investigación la Escala de Bienestar psicológico de Ryff y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, En función de los resultados se indica que existe una relación estadísticamente significativa entre las variables; en lo que respecta a los resultados inferenciales se halló una correlación positiva y altamente significativa entre la variable bienestar psicológico y las dimensiones de la variable resiliencia. Se concluye que los estudiantes se encuentran en el proceso de ir potencializando sus capacidades de afrontamiento las cuales le permitirán no solo enfrentar situaciones sino salir airosos de ellas.

2.2 Bases teóricas

Definición de bienestar psicológico

Según Vargas et al. (2022), El vínculo entre la salud mental y la salud mental es una parte integral de la salud pública. Bienestar psicología es un estado Bienestar en el que el individuo conoce la sociedad y la vida. Por lo tanto, es importante tratar la salud mental y la salud general juntas. El acuerdo con Bahamón et al. (2020), la alta tradición conceptualiza construcciones singulares. Así, la visión "hedónica" o "subjetiva la" se define como el valor de la satisfacción personal sobria en las múltiples partes y ámbitos de la vida, que en este sentido es equiparable a la "felicidad" y al "placer", que son todos aspectos relacionados. a los valores culturales de la comunidad humana. Entre otras cosas, lado tiene la visión de un potencial "eudaimónico" o psicológico para ser realista en el escapismo; Además, el significado se basa más en experimentar el bienestar emocional.

Según Ryff (1989), la salud mental se refiere a un estado positivo del funcionamiento humano, que abarca capacidades individuales como la autoaceptación, las buenas relaciones interpersonales, el comportamiento autónomo, la adaptación al entorno, la exploración del sentido de la vida y el desarrollo sostenible. Desde esta perspectiva, la salud mental se centra en el crecimiento personal y la realización del propio potencial. De igual manera, Ryan y Dessey

(2017) señalan que la salud mental incluye vivir de acuerdo con los propios valores, satisfacer las necesidades psicológicas básicas y tener un propósito, aspectos especialmente importantes durante la adolescencia, un período crucial para la identidad y el desarrollo emocional.

Los factores biológicos que constituyen la calidad de vida son inherentemente inciertos y ambiguos. Algunos científicos creen que la felicidad es multidimensional y argumentan que la satisfacción debería evaluarse en múltiples dimensiones, en lugar de basarse en una única medida subjetiva de felicidad; mientras que otros abogan por una evaluación holística. La salud mental se basa en las emociones positivas y la autorreflexión constructiva.

La felicidad se refiere a las características de la experiencia de un individuo, estrechamente relacionadas con aspectos específicos del bienestar físico, psicológico y social. La felicidad abarca tanto factores inestables y transitorios relacionados con las emociones como factores duraderos como la expresión cognitiva y la autoestima. Estos dos factores están estrechamente relacionados y dependen en gran medida del individuo (un sistema complejo e interactivo) y de su entorno (especialmente un entorno estable) (García y González, 2000).

Solano (2019), demostró que la naturaleza evaluativa de la salud mental está relacionada con los resultados obtenidos de determinados estilos de vida. Los autores también añaden que es importante conciliar la teoría del curso de vida con la ejecución psicológica positiva y el progreso humano extra. Explicó que esto fue hecho por Reeve, uno de los delegados de la tendencia. Transformar estudios de modelos de investigación anteriores.

En general, la salud mental puede entenderse como una evaluación de uno mismo, de la vida y de la capacidad de vivir eficazmente en diversos aspectos personales y sociales de una manera positiva (Diener et al., 2018).

Dimensiones del bienestar psicológico

Ryff (1989) propuso un modelo multidimensional de salud mental que integraba conceptos de teorías previamente analizadas e incluía aspectos importantes de la salud mental como la salud percibida, el bienestar y la productividad. Dentro de este modelo se han desarrollado una serie de clasificaciones que pueden contribuir significativamente a la calidad de vida de las personas y mejorar su potencial.

El modelo de Carol Ryff Según Valenzuela (2015), Reeve explicó que la salud mental está respaldada por un funcionamiento humano óptimo. Como se mencionó en la sección anterior, los autores también sentaron las bases del modelo de Ryff, esta estrategia se basa en la

integración de tres factores: una estrategia centrada en la persona, una estrategia enfocada en mantener una buena salud mental y una estrategia que enfatiza el crecimiento y desarrollo continuo. Rodríguez et al. (2015)

Señalaron que el modelo de Ryff, propuso seis dimensiones y las describió de la siguiente manera:

Autoaceptación; Se refiere a una autoimagen positiva, que incluye la aceptación de las fortalezas, debilidades y experiencias pasadas. Una alta autoaceptación indica una actitud realista y empática ante la vida (Ryff, 1989).

Relaciones positivas con los demás; Establece buenas relaciones con los demás y refleja la capacidad de crear vínculos cálidos, empáticos y de confianza. Por lo general, las personas mentalmente sanas son capaces de mantener relaciones interpersonales buenas y satisfactorias (Ryff & Singer, 2008).

Autonomía; La autosuficiencia significa ser capaz de tomar decisiones, controlar las propias acciones y actuar con autonomía, incluso bajo presión social. Refleja confianza en los propios estándares y valores (Ryan & Deci, 2017).

Dominio del entorno; Se refiere a la capacidad de un individuo para forjar con precisión su propio entorno vital, aprovechar oportunidades y crear condiciones propicias para satisfacer sus propias necesidades, lo que refleja una sensación de control sobre su propia vida (Ryff, 1998).

Propósito en la vida; Esta dimensión se concierne con el sentido de orientación y significado en su entorno. Los individuos con metas de vida claras, se establecen objetivos fijos y creen sólidamente que sus vidas son excelentes y significativas (Steger, 2012).

Crecimiento personal; El autodesarrollo se refiere al deseo de crecimiento, aprendizaje y desarrollo continuos. Implica la apertura a nuevas experiencias y una actitud positiva hacia el desarrollo personal (Ryff, 1989).

Modelo Multidimensional de Carol Ryff

Carol Ryff (1989, 1998) Define al “Bienestar Psicológico” en términos de factores no hedónicos: el funcionamiento humano óptimo produce más emociones positivas o felicidad, y no al revés. En este modelo, cada dimensión no es un predictor de felicidad sino más bien un indicador de felicidad en sí mismo, mostrando las consecuencias de mantener niveles óptimos o inadecuados de cada dimensión. Otra ventaja adicional del modelo Ryff es que establece un cuestionario para evaluar las dimensiones. Por extraño que parezca, esta medida de felicidad

influye en el hecho de que la salud mental positiva es relativamente independiente de la salud mental negativa. Como señala el propio Ryff en su investigación, estas dimensiones se asocian con una mayor satisfacción vital, un mayor bienestar subjetivo, así como mejores indicadores de salud física. es decir, niveles bajos de cortisol (bajo estrés), niveles bajos de citocinas (procesos inflamatorios crónicos). reduciendo el riesgo cardiovascular y ampliando el tiempo de sueño REM (mejorando los patrones de sueño).

Importancia del bienestar psicológico

Durante la adolescencia, la salud mental desempeña un papel crucial en la prevención de enfermedades mentales y en la promoción del desarrollo integral de los jóvenes. Las investigaciones demuestran que los jóvenes con buena salud mental tienen mayor autoestima, mayor resiliencia mental, mejores relaciones interpersonales y un menor riesgo de depresión y ansiedad (Masten, 2018; Taylor et al., 2017).

Además, la salud mental está estrechamente relacionada con un mejor rendimiento académico, una mayor motivación para aprender y comportamientos positivos, todo lo cual contribuye a planes de vida más sólidos y una mejor adaptación (OCDE, 2019). Por lo tanto, promover la salud mental en la educación es una estrategia clave para mejorar el bienestar mental de los estudiantes y apoyar su desarrollo integral.

Definición de resiliencia

La resiliencia es un concepto psicológico que describe la capacidad de una persona para afrontar, adaptarse y recuperarse de la adversidad, el estrés y la adversidad. Debido a su estrecha relación con la salud mental, el bienestar y la capacidad para afrontar situaciones desafiantes, este concepto cobra cada vez mayor importancia en la psicología contemporánea. Wagnild y Young (1993) definieron la resiliencia como un rasgo psicológico positivo que permite a las personas mantener un sentido de propósito, equilibrio emocional y confianza en sí mismas frente a la adversidad, a la vez que resisten, se adaptan y se fortalecen. Desde esta perspectiva, la resiliencia abarca no solo la superación de las dificultades, sino también la búsqueda de significado en la adversidad.

El estudio de la resiliencia comienza buscando explicaciones sobre cómo algunas personas sobreviven a una adversidad severa que tiene un impacto decisivo en la mayoría de las personas García y Domínguez (2013).

La capacidad cognitiva, la competencia, la adaptación y la tenacidad a la destructividad son particularidades destacadas en el conjunto de percepciones citadas en el párrafo anterior. También permite a las personas superar la adversidad Infante (2020), la investigación en resiliencia se divide en dos fases. Dijo que la atención se centró en observar los componentes externos concernientes con el progreso de los niños y qué tan bien se adaptan a la adversidad. Este es el primer paso. También proponemos programas que tienen en cuenta aspectos familiares, características sociales y características personales. En la segunda etapa se completa el estudio de los elementos de la fase preliminar y las relaciones dinámicas entre ellos. Este número sigue el modelo de comercio ambiental.

La interacción entre diferentes niveles de existencia física se llama ecología. Su impacto en la evolución humana es su característica más importante. Los paralelismos que lo integran son el característico, el cultural familiar y el social Infante (2018). Algunos estudios señalan el soporte externo y las relaciones familiares emocionales como fundamentos de la resiliencia. También Wagnild y Young (1993), desarrollaron una nomenclatura de mecanismos para ayudar a crear escalas de medición de resistencia. Estos factores son la autoestima, la persistencia, el sentido de la existencia.

El modelo de resiliencia propuesto por Wagnild y Young se estructura en dos grandes componentes:

Competencia personal: Este factor refleja la confianza de una persona para resolver desafíos, tomar decisiones y superar obstáculos. Incluye cualidades como la autoconfianza, la autonomía, la perseverancia, la capacidad de tomar decisiones y la autoafirmación. Generalmente, las personas con competencia personal creen que pueden superar la adversidad, ser independientes y vivir de forma independiente (Wagnild & Young, 1993).

Aceptación de uno mismo y de la vida: Este factor abarca la capacidad de aceptar las propias experiencias, reconocer las propias limitaciones y encontrarle sentido a la vida incluso en la adversidad. Está estrechamente relacionado con el sentido de propósito, la adaptabilidad emocional, una comprensión realista de las dificultades y una sensación de paz mental. Este aspecto ayuda a las personas a mantener el equilibrio emocional y una actitud positiva incluso en circunstancias difíciles (Wagnild & Young, 1993).

Dimensiones de resiliencia

Asimismo, los autores proponen cinco dimensiones específicas: perseverancia, ecuanimidad, confianza en sí mismo, sentido de vida y autosuficiencia Gómez (2019).

a. Confianza en sí mismo: Esta dimensión se refiere a identificar las fortalezas y debilidades de una persona y hacer creer en sus habilidades.

b. Sentirse bien solo: Explica la idea de que las experiencias de vida diferentes a otras crean individualidad. Además, según el autor, había conocido personalmente a algunos de ellos.

c. Ecuanimidad: Añade que este aspecto muestra moderación en las reacciones rígidas ante las dificultades y se fortalece con el equilibrio.

d. Satisfacción personal: Se trataba de evaluar las metas alcanzadas y comprender el sentido de la vida.

e. Perseverancia: El autor describe este aspecto como la disposición a continuar la separación a pesar de las dificultades (Wagnild & Young, 1993).

La adolescencia es uno de los ciclos más importantes del desarrollo humano. Es un período de rápido desarrollo entre los 10 y los 19 años, con una importante independencia psicológica y social, y cambios profundos que a menudo implican emociones y conflictos complejos (OMS, 2002).

Los adolescentes buscan liberarse de la dependencia familiar, pero al mismo tiempo no quieren demitir a su sentido de dominio. Además, muchos desafíos durante este período afectan su crecimiento personal. Pineda y Ariño (2002) señalan que los adolescentes presentan las siguientes características:

- Inicio de la capacidad reproductiva y la maduración de los órganos sexuales.
- Necesidad de independencia y búsqueda de identidad.
- Formulación del proyecto de vida.
- Pensamiento abstracto.
- Elaboración de la escala de valores en base a la perspectiva de la realidad.

Teoría de la Resiliencia de Wagnild y Young

Wagnild y Young (1993) describen la resiliencia como uno de los rasgos psicológicos más importantes. La definen como la capacidad de mantener un equilibrio emocional, fuerza interior y propósito al trabajar, cambiar y afrontar desafíos. En este sentido, la resiliencia no se limita a sobrevivir a situaciones difíciles; también incluye el crecimiento personal, el cambio positivo y la valentía para afrontar situaciones difíciles.

Hay muchos enfoques diferentes para la investigación sobre jóvenes. Porque este nombre ha despertado un gran interés en la investigación con seres humanos y sigue siendo un punto primordial en su perfeccionamiento. Adrián y Rangel (2007), esta investigación se resume en tres representaciones: psicoanálisis, evolución cognitiva y sociología. Extendieron esta clasificación para incluir métodos psicoanalíticos y el tratamiento de los desequilibrios provocados por los impulsos adolescentes como punto de partida para la adolescencia. Añaden que esto puede provocar desequilibrios y crisis relacionadas con los mecanismos de defensa, afectando así a la adaptación óptima del individuo.

2.3 Hipotesis

H0: Si existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

H1: No existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

III. Metodología

3.1 Tipo, nivel y diseño de investigación

Esta investigación básica busca ampliar la comprensión científica de la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia sin modificar directamente la muestra. El objetivo de la investigación básica es construir conocimiento teórico y contribuir a la comprensión conceptual de los fenómenos psicológicos (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Además, este estudio emplea métodos cuantitativos, incluyendo mediciones numéricas de variables, análisis estadísticos y pruebas de hipótesis mediante enfoques objetivos y sistemáticos (Kerlinger y Lee, 2002). Este estudio correlacional investiga la relación entre la salud mental y la resiliencia en estudiantes de primaria y secundaria sin modificar las variables del estudio. Los estudios correlacionales ayudan a comprender las relaciones entre múltiples variables y a analizar las interacciones entre variables dentro del mismo grupo (Hernández et al., 2014).

Esta investigación no es un experimento. Los investigadores observaron a los participantes en un entorno natural sin alterar las variables (Arias, 2012). Además, este estudio utiliza un diseño transversal, ya que los datos se recopilaban en un único momento, lo que permitió analizar las relaciones entre diversas variables. Durante este período (Sampieri et al., 2014), y finalmente, dado que esta investigación estudió la relación entre la salud mental y la resiliencia en un grupo poblacional específico, se optó por el análisis de correlación (Kerlinger y Lee, 2002).

3.2 Población

La población estuvo conformada por 200 estudiantes de una institución educativa pública de Ayacucho. La muestra fue de 60 estudiantes de lo cual se obtendrá mediante un muestreo no probabilístico.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes presentes al momento de la evaluación
- Estudiantes que hayan firmado el consentimiento informado

Criterios de exclusión

- Estudiante que no está presente al momento de realizar la evaluación
- Alumno que no desee participar

3.3 Operacionalización de las variables/categorías

Tabla 1

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INCICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
BIENESTAR PSICOLOGICO	Bienestar psicológico se midió a través de 6 dimensiones según la escala de bienestar psicológico (Ryff, 1989).	Autoaceptación Relaciones Positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito de la vida Crecimiento personal	39 ítems		Ordinal
			-Totalmente de acuerdo	Alto	
			-Muy de acuerdo	(36 – 39)	
			-Ni de acuerdo, ni desacuerdo	Medio	
			-En desacuerdo	(33 – 35)	
			-Muy de desacuerdo	Bajo	
RESILIENCIA	Resiliencia se midió a través de 5 dimensiones según la Escala de Resiliencia en Adolescentes Wagnild y Young (1933).	Confianza en sí mismo, Ecuanimidad Perseverancia Satisfacción Personal Sentirse bien solo	-Totalmente en desacuerdo		Ordinal
			25 ítems	Alto	
			Totalmente de acuerdo	(138-175)	
			-Muy de acuerdo		
			-De acuerdo	Medio	
			-Ni de acuerdo, ni desacuerdo	(64-137)	
			-En desacuerdo	Bajo	
			-Muy de desacuerdo	(25-63)	
			-Totalmente en desacuerdo		

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información

En la investigación se empleó la técnica psicométrica, las herramientas de evaluación psicológica son las técnicas mediante las cuales se recogen los datos referentes a las características psicológicas de las personas estudiadas (Gonzales, 2007).

Primer instrumento: Para la medición del bienestar psicológico, se empleará la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, en su versión de 39 ítems, desarrollada por Carol Ryff (1989, 1995). Basada en un enfoque eudaimónico, esta escala argumenta que la salud mental no es simplemente la ausencia de malestar, sino que abarca seis aspectos clave: la capacidad de desarrollarse plenamente, mantener relaciones interpersonales sanas, ser autosuficiente, adaptarse eficazmente al entorno y establecer metas vitales significativas. Desde este enfoque, la salud mental se comprende como una etapa óptima del funcionamiento humano, que contiene el crecimiento personal y la plena ejecución del propio potencial (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Díaz et al., 2006).

Segundo instrumento: La Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), Esta escala evalúa la aptitud del sujeto para adecuarse activamente a la adversidad. Consta de 25 ítems y abarca cinco dimensiones, divididas en dos secciones principales: Competencia Personal y Autoaceptación/Aceptación de la Vida. Los participantes respondieron al cuestionario manejando una escala Likert de siete puntos; las puntuaciones más altas indican una mayor resiliencia psicológica.

3.5 Método de análisis de datos/información

Los resultados del análisis descriptivo se presentan en frecuencias y porcentajes, con una tabla de correlación para su visualización. Se utilizó la prueba de Kormogorov-Smirnov para examinar la distribución de los datos y se seleccionó la prueba estadística más adecuada para el análisis inferencial.

Si los datos no siguen una distribución normal, según los criterios de normalidad, se utilizó el coeficiente de correlación de rangos de Spearman. Este coeficiente es una medida no paramétrica de correlación de rangos y refleja la fuerza y la dirección de la relación entre dos variables ordinales de rango.

El procesamiento y análisis de los datos comenzó con la preparación de los datos en Microsoft Excel 2016 y el análisis estadístico descriptivo e inferencial con SPSS versión 27.

3.6 Aspectos éticos

El presente estudio tuvo en cuenta los principios éticos necesarios para su implementación, propuestos en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación Versión 002, así como el consentimiento informado firmado por los residentes participantes del estudio.

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: Trabajamos con personas aquí, por lo que se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este estudio tiene en cuenta que las personas que son sujetos de investigación participan de forma voluntaria y cuentan con información suficiente. Además, se tiene en cuenta el pleno respeto de sus derechos fundamentales, especialmente cuando se encuentran en una situación precaria.

Cuidado del medio ambiente: Este proyecto asegura que no pone en peligro el ecosistema y por tanto contribuye a la protección del medio ambiente.

Libre participación por propia voluntad: Nos referimos a la información proporcionada a los participantes sobre los propósitos y objetivos de la investigación realizada y también tenemos en cuenta que son libres de participar sin compromiso. Para la investigación requerimos una declaración de consentimiento de la persona participante, quien nos da su consentimiento para la recopilación de datos para los fines correspondientes.

Beneficencia, no maleficencia: Se debe garantizar el bienestar de las personas involucradas en la investigación. En este estudio los sujetos examinados no representan ninguna amenaza a su integridad física o mental.

Integridad y honestidad: El investigador responsable debe mantener su integridad durante la realización de un estudio y evitar todo tipo de malas intenciones que puedan surgir en el transcurso de la investigación. Además de garantizar la precisión durante todo el proceso de investigación, desde el inicio hasta la obtención y presentación de resultados.

Justicia: Sobre todo, se debe tener en cuenta la justicia y el bien común, es decir, no debemos tener en cuenta intereses personales. La investigación debe desarrollarse de forma equilibrada, teniendo en cuenta limitaciones y sesgos, para que el trabajo se realice sin manipulación y no dé lugar a prácticas desleales (Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [ULADECH], 2025).

IV. Resultados

Tabla 2

Prueba de normalidad KS

Pruebas de normalidad			
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar Psicológico	0.260	60	.001
Resiliencia	0.340	60	.001

a. Corrección de significación de Lilliefors

En la tabla 2 se muestra la prueba de normalidad, la cual revela que ambas variables presentan un nivel de significancia de $0.001 < 0.05$, lo que indica que no siguen una distribución normal (coeficiente de correlación de Spearman).

Tabla 3

Relación entre el Bienestar Psicológico y Resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

Correlaciones			
			Resiliencia
Rho de Spearman	Bienestar Psicológico	Coefficiente de correlación	.211
		Sig. (bilateral)	.025
		N	60

La Tabla 3 muestra que el análisis de relación halló una relación positiva y significativa ($r = 0.211$; $p < 0.050$). Estos resultados indican que el nivel de salud mental de los estudiantes se relaciona positivamente con su resiliencia. No obstante, esta relación no es fuerte, lo que sugiere que, si bien la salud mental es un factor importante, la resiliencia en este grupo también puede verse afectada por otros factores no considerados en este estudio específico.

Tabla 4

Relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

Correlaciones		Resiliencia
Rho de Spearman	Autoaceptación	Coefficiente de correlación
		-0.197
		Sig. (bilateral)
	Relaciones positivas con los demás	.004
		Sig. (bilateral)
		.105
	Autonomía	N
		60
		Coefficiente de correlación
	Dominio del Entorno	.266*
		Sig. (bilateral)
		.040
	Propósito en la vida	N
		60
		Coefficiente de correlación
	Crecimiento personal	.780
		Sig. (bilateral)
		.037
		N
		60
		Coefficiente de correlación
		.573
		Sig. (bilateral)
		.045
		N
		60
		Coefficiente de correlación
		.758
		Sig. (bilateral)
		.040
		N
		60
		Coefficiente de correlación

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

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

La Tabla 4 muestra que la dimensión de dominio del entorno ($r = .780$, $p = .037$) y crecimiento personal ($r = .758$, $p = .040$) presentaron una relación positiva y significativa con la resiliencia, mientras que el propósito con la vida ($r = .573$; $p = .045$) también mostró una relación positiva. De manera similar, la autonomía mostró una relación positiva, aunque en menor medida ($r = .266$, $p = .040$). Finalmente, se observó una relación negativa en autoaceptación ($r = -.197$, $p = .004$) y las relaciones positivas ($r = -.105$, $p = .005$), lo que indica una relación inversa para este grupo.

Tabla 5

Relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

Correlaciones			
			Bienestar Psicológico
Rho de Spearman	Factor I (5 dimensiones)	Coefficiente de correlación	.547
		Sig. (bilateral)	.079
		N	60
	Factor II (5 dimensiones)	Coefficiente de correlación	.863
		Sig. (bilateral)	.023
		N	60

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

La Tabla 5 muestra una correlación positiva y significativa con el factor II ($r = ,863$, $p = ,023$), lo que representa una relación fuerte. Por otro lado, para el factor I, si bien mostró una magnitud moderada ($r = ,547$), el nivel de significancia obtenido ($p = ,079$) fue superior al valor crítico de 0,050. Por lo tanto, no fue posible establecer una relación positiva con este factor en la muestra del estudio.

Tabla 6

Niveles de bienestar psicológico en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

Niveles de Bienestar	f	%
Bajo	8	13.3
Promedio	26	43.3
Alto	25	41.7
Muy Alto	1	1.7
Total	60	100.0

Se observan que del 100%, el 43.3% ($n=26$) percibe un nivel medio de bienestar psicológico, mientras que, el 41.7% ($n=25$) muestra un nivel alto de bienestar psicológico, de igual manera el 13.3% ($n=8$) presenta un nivel bajo y finalmente, el 1,7% ($n=1$) evidencia un nivel alto de bienestar psicológico.

Tabla 7

Niveles de resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa Pública, Ayacucho, 2026.

Niveles de Resiliencia	f	%
Bajo	9	15.0
Moderado	40	66.7
Alto	11	18.3
Total	60	100.0

Se observa que del 100%, el 66.7% (n=40) percibe un nivel moderado de resiliencia, mientras que, el 18.3% (n=11) muestra un nivel alto de resiliencia y 15% (n=9) perciben un nivel bajo de resiliencia.

V. Discusión

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa, Ayacucho, 2026. Donde el estudio de la investigación determino que, si existe relación entre bienestar psicológico y resiliencia, ($r = .211$, $p = .025$). Este hallazgo es consistente con los resultados de Eshun (2024) y Goodwin et al. (2025), quienes sostienen que la salud mental y la resiliencia forman relaciones complejas en adolescentes. No obstante, la muestra de la correlación hallada en este estudio ($r = .211$) se estimó pequeña, en contraste con los resultados de Pacheco (2021) ($r = .802$) y Ramos (2024) ($p = .031$), quienes hallaron una correlación significativa. Esta diferencia en la fuerza de la correlación podría deberse a características específicas del modelo en la ciudad de Ayacucho.

La investigación de Fernández (2018) nos menciona que personas que experimentan situaciones difíciles o estresantes, es debido a esto que la conexión entre resiliencia y bienestar psicológico puede tomar diferentes formas. Esto se debe a que la resiliencia a veces actúa como un mecanismo "compulsivo" para superar las dificultades, lo que rara vez conduce directamente a una salud mental plena. Ryff (1989) sostiene que el bienestar psicológico no es solo la ausencia de enfermedad, sino también un "funcionamiento humano óptimo". Los resultados de un buen funcionamiento, incluso en niveles bajos, sugieren que las seis dimensiones de Ryff tienen una relación primaria con los mecanismos de defensa descritos por Wagnild y Young.

La teoría de la motivación de Wagnild y Young (1993) describe esta capacidad como una "disposición psicológica positiva" que ayuda a las personas a mantener el equilibrio. En este estudio, se sugieren que los estudiantes tienen una forma de "distracción", pero que no está completamente integrada como un problema de salud mental. Como afirma Solano (2019), el pensamiento objetivo es una evaluación de la vida basada en la percepción de ciertos elementos de la vida. Si bien la situación de los estudiantes en Ayacucho presenta un obstáculo estructural, la resistencia puede surgir de verdaderas "identidades" más que del "crecimiento" o el desarrollo, como sugieren los ideales eudaimónicos.

El primer objetivo específico (tabla 4), se halló que el Dominio del Entorno ($r = .780$; $p = .037$), el Crecimiento Personal ($r = .758$), Propósito en la vida ($r = .573$; $p = .045$) y Autonomía ($r = .266$, $p = .040$), están fuertemente relacionados con la resiliencia. Este hallazgo respalda los resultados de Wagnild & Young (1993), que indican que los estudiantes valoran su capacidad para controlar su comportamiento y desean aprender de sus experiencias. Sin embargo, se

encontraron relaciones negativas en la autoaceptación ($r = -.197$) y Relaciones positivas ($r = -.105$; $p = .005$). Esto puede ser consistente con la afirmación de Ravza (2021), quien señaló que, si una variable aumenta con el tiempo, la otra puede disminuir, violando así la línea esperada.

El segundo objetivo específico (tabla 5), muestra una relación muy fuerte y significativa entre bienestar y el Factor II ($r = .863$; $p = .023$), es decir, "autoestima y satisfacción con la vida". Este hallazgo es importante porque muestra que el bienestar de los estudiantes de Ayacucho depende de un sentido de propósito, lo que confirma el concepto hedónico de Ryff (1989) de que la autorrealización y la autoestima son elementos clave del éxito. En contraste, la relación con el Factor I (autocontrol) no fue significativa ($r = 0,547$; $p = 0,079$), lo cual difiere de los resultados de Pacheco (2021) y Prada (2023), quienes mostraron una relación positiva entre los factores. Esta diferencia puede explicarse por la teoría de Pineda y Ariño (2002), que sugiere que la autoestima de los adolescentes (confianza y estabilidad) no es importante para estar bien, sino que depende en última instancia de la seguridad y aceptación psicológica.

En cuanto a los niveles descriptivos, el 43,3% de los estudiantes reportaron en su mayoría un nivel medio de bienestar psicológico (Tabla 6) y el 66,7% reportaron un nivel moderado de resiliencia (Tabla 7). Estos resultados son consistentes con los datos proporcionados por Johnson (2022) en Chiclayo, donde el 71,4% reportó buena salud mental y el 54,1% reportó bajo gasto energético. También son similares a los de Quispe (2024), quien encontró un porcentaje menor (50,6%). Estos datos indican que, si bien los adolescentes son autosuficientes (Pineda y Ariño, 2002), pueden resolver problemas, pero también necesitan desarrollar "buenas habilidades para la resolución de problemas", como lo expresa Prada (2023).

VI. Conclusiones

En el presente estudio de investigación se pudo encontrar que, si existe relación ($r = .211$, $p = .025$), entre bienestar psicológico y resiliencia, eso quiere decir que a mayor bienestar psicológico mayor será la resiliencia en los estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa, Ayacucho 2026.

Existe relación entre dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida y resiliencia ya que son aspectos más importantes en la cavidad resiliente de los alumnos, con correlaciones de ($r = .780$; $.758$; $.573$) proporcionalmente, mientras que la autoaceptación y las relaciones positivas mostraron correlaciones negativas ($r = -.197$; $r = -.105$).

El bienestar psicológico se vincula casi exclusivamente con el Factor II de la Resiliencia (Aceptación de uno mismo y de la vida), con una correlación muy fuerte ($r = .863$). Por el contrario, no existe una relación significativa con el Factor I (Competencia Personal) ($p = .079$).

En los niveles predomina un nivel promedio de Bienestar Psicológico (43.3%) y un nivel moderado de Resiliencia (66.7%). Esto indica que, si bien la mayoría posee herramientas funcionales de salud mental y adaptación, existe un margen significativo de mejora para potenciar estas capacidades hacia niveles altos y muy altos.

VII. Recomendaciones

Crear charlas y campañas psicoeducativas sobre la importancia de la salud mental y con ello poder generar una resiliencia elevada en los estudiantes de nivel secundario.

Poder distinguir a los estudiantes que presenten un nivel bajo de bienestar psicológico, así también a los que manifiestan una resiliencia baja, para poder evaluarlos detalladamente y brindarles orientación individual y grupal, a fin de prevenir y promocionar la buena salud mental tanto en su etapa académica o en su rutina diaria y realizar el seguimiento correspondiente.

Brindar talleres psicológicos hacia los padres de familia para priorizar la importancia de la salud mental en sus hijos y con ello poder emplear medidas que ayuden a mejorar su bienestar y resiliencia y fomentar actividades.

Referencias bibliográficas

- Bahamón, M. A.-V.-G. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico Ryff en adolescentes colombianos. Obtenido de Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 39(3), 342-348.: <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/6167>
- Castro Espinoza, M. G. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa de la ciudad de Chiclayo. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad USS.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9021/Castro%20Espinoza%20Maritza%20Giovanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572–577.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Dominguez-Lara, S., & Navarro-Loli, J. S. (2018). Revisión de metodologías empleadas en los estudios factoriales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (versión en español). *Revista Evaluar*, 18(2). <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v18.n2.20800>
- Eshun, L. (2024). Relationship between resilience and psychological wellbeing of in-school adolescents in Adentan Municipality, Ghana. *International Journal of Research in Social Sciences and Innovation*. <https://dx.doi.org/10.47772/IJRISS.2024.807175>
- Fandiño Parra, Yamith José. (2011). Los jóvenes hoy: enfoques, problemáticas y retos. *Revista iberoamericana de educación superior*, 2(4), 150-163. Recuperado en 01 de febrero de 2026, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722011000200009&lng=es&tlng=es.
- Fernández Silva, J. (2018). Bienestar psicológico y desarrollo socioemocional en estudiantes de educación media. *Revista Latinoamericana de Psicología Educativa*, 12(2), 45–60.
- Fernández Silva, M. P. (2018). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria víctimas de violencia de una institución educativa pública emblemática del distrito de Huaral, 2018 [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25494/Fernandez_SMP.pdf?sequence=4&isAllowed=y

- Fritz, J., de Graaff, A. M., Caisley, H., van Harmelen, A. L., & Wilkinson, P. O. (2018). A systematic review of resilience factors that buffer against mental health problems in adolescence. *Psychological Medicine*, 48(3), 1–16.
<https://doi.org/10.1017/S003329171700291X>
- Gamarra, E., Huamán, J., & Quispe, I. (2024). Estrés académico y bienestar emocional en estudiantes de secundaria en Ayacucho. *Revista de Psicología y Educación del Perú*, 12(2), 45–61.
- García, F., & Domínguez, L. (2013). Resiliencia en contextos educativos: Conceptos y aplicaciones. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 7(1), 67–82.
- García, M., & González, R. (2000). El bienestar psicológico: Factores determinantes y evaluación. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 53(2), 235–250.
- González, R. (2007). *Evaluación psicológica: Conceptos, métodos y aplicaciones*. Editorial Manual Moderno.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Infante, F. (2018). Ecología del desarrollo humano y resiliencia. *Revista Latinoamericana de Desarrollo Humano*, 6(2), 44–59.
- Infante, F. (2020). Resiliencia en niños y adolescentes: Enfoques teóricos y programas de intervención. *Psicología y Educación*, 14(1), 33–48.
- Johnson Vargas, J. S. (2022). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/95261/Johnson_VJS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento: Métodos de investigación en ciencias sociales* (4.^a ed.). McGraw-Hill.
- Masten, A. S. (2018). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: Developmental perspectives. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>

- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12–31.
<https://doi.org/10.1111/jftr.12255>
- Muñoz Arroyave, Cristóbal Ovidio, Cardona Arango, Doris, Restrepo-Ochoa, Diego Alveiro, & Calvo, Ana Carolina. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151-168. Epub June 17, 2022.<https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Núñez Cruz, A. C., & Vásquez de la Bandera Cabezas, F. A. (2022). Resiliencia y su relación con el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8502-8515. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4016
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2019). *Educating 21st century children: Emotional well-being in the digital age*. OECD Publishing.
<https://doi.org/10.1787/b7f33425>
- Organización Mundial de la Salud. (2002). *Adolescent health and development*. OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Adolescent mental health*. OMS.
- Organización Mundial de la Salud; UNESCO; UNICEF; Oficina de las Naciones Unidas para la Juventud. (2025, 7 de noviembre). Un llamado conjunto para reforzar las políticas y la inversión en la salud mental de la infancia y juventud. OMS.
<https://www.who.int/es/news/item/07-11-2025-joint-call-to-strengthen-policy-and-investment-for-child-and-youth-mental-health-and-well-being>
- Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud. (2025, 18 de agosto). Encuesta Mundial de Salud Escolar brindará datos actualizados de adolescentes en Perú. OPS/OMS. <https://www.paho.org/es/noticias/18-8-2025-encuesta-mundial-salud-escolar-brindara-datos-actualizados-adolescentes-peru>
- Prada Sulluchuco, N. (2023). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior - Huanta. [Tesis de pregrado Universidad Ricardo Palma – URP]. Repositorio URP <https://hdl.handle.net/20.500.14138/6818>
- Pérez, M., & Cayo, L. (2024). Resiliencia y factores psicosociales en adolescentes escolares de Ayacucho. *Journal Peruano de Educación y Desarrollo Social*, 9(1), 78–94.
- Pineda, S., & Aliño, M. (2002). El concepto de adolescencia y sus implicancias en la salud mental. *Revista Cubana de Salud Pública*, 28(1), 12–19.

- Quispe Velarde, J. J. (2024). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes universitarios de Lima Sur [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/3580/Quispe%20Velarde%2C%20J.%20J..pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ramos Aquispe, M. I., (2024). Bienestar psicológico y Resiliencia en Estudiantes de Secundaria de la Provincia de Apurímac [Tesis de pregrado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Uladech.
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/38269/BIENESTAR_PSIKOLOGICO_ESTUDIANTES_RAMOS_AQUISE_MARIA_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Rebaza Reyes, R. P. (2021). Resiliencia y Bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa del distrito de Víctor Larco. [Tesis de posgrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad UPCH.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9667/Resiliencia_RebazaReyes_Rocio.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Rodríguez, A., & Mendoza, P. (2023). Factores asociados al malestar emocional en jóvenes escolares rurales de Ayacucho. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. (Tesis de licenciatura).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford Press.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39.
<https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104.

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of well-being, psychopathology, and spirituality. En P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed., pp. 165–184). Routledge.
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development*, 88(4), 1156–1171.
<https://doi.org/10.1111/cdev.12864>
- Universidad Andrés Bello – UNAB (2024) Universidad Andrés Bello. (2024). Metodología cuantitativa: criterios de inclusión y exclusión.
https://uddo.unab.cl/archivos/2024_2%20%28posgrado%29/MSPE001/recursos/mspe001_s3_elementos.pdf
- Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. (2025). Reglamento de integridad científica en la investigación (Versión 002, Resolución N.º 0495-2025-CUULADECH Católica, 12 de mayo de 2025). Autor.
- UGEL Huamanga. (2025). Informe situacional de bienestar y salud escolar 2024–2025. Unidad de Gestión Educativa Local Huamanga.
- Valenzuela, R. (2015). Fundamentos teóricos del bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de Psicología Educativa*, 9(2), 33–49.
- Vásquez, C., & Hervás, G. (2008). Psicología positiva aplicada. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 61(1), 45–60.
- Vásquez, J., & Rojas, S. (2023). Factores protectores de la resiliencia en adolescentes andinos. *Peruvian Journal of Social Sciences*, 11(2), 133–150.
- Wagnild, G. M. (2009). The resilience scale user's guide: For the US English version of the Resilience Scale and the 14-item Resilience Scale (RS-14). Resilience Center.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178.
<https://doi.org/10.1177/1049909193001002003>

Anexos

Anexo 1. Documento de autorización para el desarrollo de investigación



INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA
"MELITÓN CARVAJAL DE AYACUCHO"
ESTUDIO – TRABAJO – DISCIPLINA



** "Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"*

Fecha: 13 de marzo de 2026

Señor:
Universidad Católica los
Ángeles de Chimbote

Asunto: Autorización para el desarrollo de la investigación
Referencia: Carta N° 265-2026-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

De nuestra consideración:

Reciba un cordial saludo institucional de parte de la Institución Educativa Melitón Carvajal en respuesta a su comunicación N° 265-2026-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA, fechada el 13 de marzo de 2026, nos dirigimos a usted para informarle lo siguiente:

Se **aprueba** su solicitud para:

- Que la estudiante Nicol D. Rodriguez Mendoza realice actividades de recolección de datos en nuestras instalaciones, en el periodo comprendido del **18 de febrero al 18 de febrero de 2026**.
- En la institución educativa Melitón Carvajal, con el título de su investigación: Bienestar psicológico y resiliencia de una institución educativa, Ayacucho, 2026

Con la condición de que los datos recolectados deberán utilizarse exclusivamente con fines académicos, conforme a lo establecido en la **Ley N° 29733** (Ley de Protección de Datos Personales).

Agradecemos su compromiso con la investigación formativa y quedamos a disposición para cualquier consulta adicional.

Atentamente,



Dr. Pedro ...
DIRECTOR

Firma, Nombre y apellidos, sello del cargo

Anexo 2. Carta de recojo de datos



Chimbote, 23 de febrero del 2026

CARTA N° 0000000265- 2026-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**MG. ARTURO CHUCHON LUQUE
I.E.P MELITÓN CARVAJAL**

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 RELACIÓN ENTRE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PÚBLICA AYACUCHO, 2026, con la LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL, que involucra la recolección de información/datos en ESTUDIANTES, a cargo de NICOL DIANA RODRIGUEZ MENDOZA, perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA, con DNI N° 75960069, durante el período de 18-02-2026 al 18-02-2026.

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.

Dr. Nilo Albert Velásquez Castillo
Director de Investigación y Postgrado
Universidad Católica Los Angeles de Chimbote.



www.uladech.edu.pe/

email: cooperacion@uladech.edu.pe

Telf.: (043) 343444 Cel: 948560463

Jr. Tumbes N° 247 - Centro Comercial y Financiera - Chimbote, Perú

Anexo 3. Matriz de consistencia y operacionalización

ENUNCIADO	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGIA
¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho 2026?	Objetivo General * Determinar la relación entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho 2026.			Tipo de investigación: *Observacional
	Objetivos Específicos * Conocer la relación entre las dimensiones (Autoaceptación, Relaciones positivas, Autonomía, Dominio del entorno, Propósito en la vida, Crecimiento personal) de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho, 2026. * Conocer la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) de resiliencia en estudiantes de una institución educativa, Ayacucho, 2026.	Ha: Existe relación significativa entre el bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa, Ayacucho 2026. HO: No existe relación significativa entre bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una Institución Educativa, Ayacucho 2026	VARIABLE 1 Bienestar Psicológico Dimensiones Autoaceptación Relaciones Positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida Crecimiento personal VARIABLE 2 Resiliencia Dimensiones Confianza en sí mismo Ecuanimidad, Perseverancia Satisfacción Personal Sentirse bien sólo.	*Prospectivo *Transversal *Analítico Nivel de investigación: *Relacional Diseño de la investigación: *Epidemiológico Población: Estudiantes de una institución educativa Ayacucho. Muestra: Probabilística

Anexo 4. Ficha técnica de los instrumentos

Ficha Técnica (Bienestar Psicológico)

Nombre del instrumento	: Escala de Bienestar Psicológico
Autora original	: Carol Ryff (1989)
Adaptación al Perú	: Domínguez-Lara y Navarro-Loli (2018)
Objetivo	: Evaluar el nivel de bienestar psicológico desde un enfoque multidimensional.
Dimensiones (6)	: Autoaceptación, Relaciones positivas, Autonomía, Dominio del entorno, Propósito de vida, Crecimiento personal
Número de ítems	: 39
Escala de respuesta	: Likert de 1 a 5
Población	: Adolescentes y adultos
Aplicación	: Individual o colectiva
Tiempo	: 10–15 minutos
Validez	: En cuanto a la validez, se evidenció que la estructura factorial del instrumento presenta resultados adecuados mediante análisis factorial confirmatorio; no obstante, se identificaron algunas inconsistencias en la replicación del modelo original de seis dimensiones, lo que sugiere la necesidad de ajustes en ciertos contextos culturales. A pesar de ello, los índices de ajuste reportados en diversos estudios revisados (CFI superiores a 0.90 y RMSEA menores a 0.08) respaldan una adecuada validez de constructo (Domínguez-Lara, 2014).
Confiabilidad	: Respecto a la confiabilidad, los autores reportan que la escala presenta niveles aceptables a altos de consistencia interna, con coeficientes alfa de Cronbach global es de $\alpha = 0.89$, mientras que en las diferentes dimensiones oscilan entre $\alpha = 0.70$ y 0.84 . Sin embargo, algunas subescalas, como autonomía y relaciones positivas, tienden a mostrar valores ligeramente inferiores, lo que indica variabilidad en su precisión. En conjunto, la evidencia sugiere que la escala es un instrumento confiable y válido para la evaluación del bienestar psicológico, aunque se recomienda considerar las particularidades culturales en su aplicación.

Ficha Técnica (Resiliencia)

Nombre del instrumento	: Escala de Resiliencia
Autores	: Gail Wagnild y Heather Young (1993)
Adaptación al Perú	: Novella (2002)
Objetivo	: Medir el nivel de resiliencia como capacidad de afrontamiento ante la adversidad.
Dimensiones	: Factor I: Competencia personal Factor II: Aceptación de uno mismo y de la vida
Número de ítems	: 25
Escala de respuesta	: Likert de 1 a 7
Población	: Adolescentes y adultos
Aplicación	: Individual o colectiva
Tiempo	: 10 minutos
Validez	: En cuanto a la validez, se evidenció una adecuada validez de contenido mediante el coeficiente V de Aiken, con valores superiores a 0.90, lo que indica una alta pertinencia y representatividad de los ítems. Asimismo, la validez de constructo fue evaluada mediante análisis factorial, obteniéndose índices de ajuste aceptables ($\chi^2/\text{gl} = 3.112$; RMSEA = 0.072; SRMR = 0.058; CFI = 0.804; TLI = 0.779), lo que respalda la estructura del instrumento en el contexto estudiado.
Confiabilidad	: Respecto a la confiabilidad, se reportaron altos niveles de consistencia interna, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0.910 y un coeficiente omega de 0.913, lo que indica una excelente fiabilidad del instrumento, Factor I: $\alpha = 0.88$ y Factor II: $\alpha = 0.80$. En conjunto, estos resultados evidencian que la escala presenta adecuadas propiedades psicométricas, siendo válida y confiable para evaluar la resiliencia en adolescentes peruanos.

Anexo 5. Formato de consentimiento informado u otro que corresponda a la investigación

Protocolo de Consentimiento Informado para Encuestas

Título del estudio:

Investigador(a):

Propósito del estudio:

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en un trabajo de investigación titulado:

.....

.....Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Explicar brevemente los fundamentos de trabajo de investigación (máximo 50 palabras):

.....

.....

.....

Procedimientos:

Si usted acepta que su hijo(a) participe y su hijo(a) decida participar en este estudio se le realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio).

4.

5.

6.

Riesgos:(Si se aplica)

Describir brevemente los riesgos de la investigación.

.....

.....

.....

Beneficios:

.....

.....
Costos y/o compensación: (Si el investigador cree conveniente)

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a) o de otros participantes del estudio.

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo(a) participe en el estudio, podrá retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame al número telefónico.....

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente, puede contactar con el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, correo Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendiendo las actividades en las que participará si ingresa al trabajo de investigación. También entiendo que mi hijo(a) puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos

Participante

Fecha y hora

Protocolo de Asentimiento Informado

Mi nombre es 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 aplicación de los test que tendremos será de 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.

Quieres participar en la investigación	Sí	No
---	----	----

Fecha:

