

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

RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUAMANGA, 2025

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR
YAURI ALVARADO, YENNY
ORCID:0009-0001-9204-7310

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

CHIMBOTE-PERÚ
2025

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0352-121-2026 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **11:40** horas del día **20** de **Julio** 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:

MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE Presidente
MILLONES ALBA ERICA LUCY Miembro
VALLE SALVATIERRA WILLY Miembro
Dr(a). VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Asesor

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

Presentada Por :
(3123151123) **YAURI ALVARADO YENNY**

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

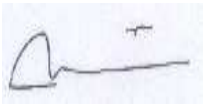
Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:



MORALES LOPEZ LUIS HESNEIDE
Presidente



MILLONES ALBA ERICA LUCY
Miembro



VALLE SALVATIERRA WILLY
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: RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUAMANGA, 2025 Del (de la) estudiante YAURI ALVARADO YENNY , asesorado por VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 4% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

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

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

Chimbote,06 de Noviembre del 2026

Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

Primeramente, a dios por ser mi guía. me a demostrado que la fe es inmensamente poderosa y su bondad infinita.

Gracias a mis papas. Ovaldina Alvarado Jaime, justiniano yauri Yupanqui quienes han sabido formarme con buenos valores, y cada paso de este camino lo he dado con el apoyo de sus palabras y su confianza en mí.

A mi hermana Yolanda yauri Alvarado por motivarme a seguir adelante

A mi pareja Wilder Sacsara y mis suegros Edgar y Cila por su paciencia y apoyo incondicional.

A mi hermosa hija. Alba Atzine por ser la luz de mi vida y recordarme la razón por la cual lucho cada día.

Y a esas personas que dios puso en mi camino gracias por los consejos y apoyo.

Agradecimiento

Quiero comenzar agradeciendo a dios por haberme sostenido y guiado a pesar de cada caída, cada tropiezo y cada lagrima. Agradezco profundamente a mi madre Ovaldina Alvardo Jaime, quien ha sido mi mayor apoyo emocional, mi refugio en la crisis y quien con inmenso sacrificio a hecho posible que continue con mis estudios. A mi papa Justiniano Yauri Yupanqui, por su lucha constante y por enseñarme el valor de la vida.

También agradezco a mi pareja Wilder por el cran apoyo que me dio, y confiar en mí.

Finalmente agradecer a mí, por haberme permitido fallar. Llorar, detenerme, pero también por levantarme una vez más y otra vez, porque este título es el símbolo de una lucha silenciosa valiente de una joven que nunca se rindió.

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…….……..…….....……..6
2.3. .Hipótesis……...…….…….....…..12
III. METODOLOGÍA……...……...……..……14
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación…….…….….14
3.2. Población y muestra……...……...……...……...….14
3.3. Variables. Definición y operacionalización……..…….…….……..…16
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información…..…….19
3.5. Método de análisis de datos……...…….…….....….20
3.6. Aspectos éticos…….....…….……20
IV. RESULTADOS…….……....……...……..…22
V. DISCUSIÓN…….……...…….…….25
VI. CONCLUSIONES……...……...…….……28
VII. RECOMENDACIONES……...…….……29
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS…….……..30
ANEXOS……...……....34
Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación……....…..……34

Anexo 02. Carta de recojo de datos…….……..…..35

Anexo 03.Matriz de consistencia y operacionalización…...…….…….……36

Anexo 04. Ficha técnica de los instrumentos…….....…….…….…38

Anexo 05. Formato de consentimiento informado u otros.…….……..……..44

Anexo 06. Prueba de normalidad……46

Lista de tablas

Tabla 01. Operacionalización de las variables ……...……16
Tabla 02. Correlación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025……...……...……22
Tabla 03. Niveles de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025……...……..…….…….……22
Tabla 04. Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025……...……..…...……...…….……21
Tabla 05. Relación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025…….……24
Tabla 06. Relación entre las dimensiones (control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales, aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025……...…….23
Tabla 07. Prueba de normalidad de Kolmogorv – Smirnov……..……

Resumen

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. El estudio se realizó bajo el enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental. Para el desarrollo del estudio se trabajó con una muestra no probabilística de 73 estudiantes quienes fueron escogidos mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de información se aplicó la técnica de la encuesta mediante la aplicación de los instrumentos la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados indicaron que existe correlación positiva media entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga siendo el coeficiente de correlación del Rho de Spearman de 0,521. Con los resultados se procedió a concluir que existe relación positiva moderada entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

Palabras clave: bienestar psicológico, estudiantes, resiliencia

Abstract

The objective of the research was to determine the relationship between resilience and psychological well-being in high school students of an educational institution, Huamanga, 2025. The study was carried out under the quantitative approach, correlational level and non-experimental design. To develop the study, we worked with a non-probabilistic sample of 73 students who were chosen through non-probabilistic convenience sampling. To collect information, the survey technique was applied by applying the instruments the BIEPS-J Psychological Well-being Scale and the Wagnild and Young Resilience Scale. The results indicated that there is a medium positive correlation between psychological well-being and resilience in high school students of an educational institution, Huamanga, with the correlation coefficient of Spearman's Rho being 0.521. With the results, it was concluded that there is a moderate positive relationship between resilience and psychological well-being in high school students of an educational institution, Huamanga, 2025.

Keywords: psychological well-being, students, resilience

I. Planteamiento del problema

A escala global, la adolescencia temprana es una etapa crucial en el desarrollo humano, llena de posibilidades para el crecimiento personal y el establecimiento de una base sólida para el bienestar a lo largo de la vida (Castro, 2020). Sin embargo, según Núñez y Vásquez (2022), varios estudios indican que hasta la mitad de los adolescentes experimentan el inicio de problemas de salud mental alrededor de los 14 años. Además, la pandemia global ha provocado un aumento significativo del 25% en la prevalencia de ansiedad y estrés en todo el mundo, lo que ha tenido un impacto negativo en la salud mental y, por consiguiente, en el bienestar psicológico (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022). Según los reportes de salud mental en el ámbito mundial encontramos que, de cada siete adolescentes uno padece un trastorno mental, siendo la ansiedad y depresión los más representativos. Además, el 14% que padece un trastorno mental no recibe tratamiento alguno. Por otra parte, el suicidio es la cuarta causa de muerte en esta etapa de 15 a 29 años (OMS 2021).

Según Rebaza (2021), la pandemia ha tenido un impacto duradero en la salud emocional de los niños y adolescentes en España, donde el 41,9% ha experimentado una disminución de la confianza en sí mismos. Esto puede obstaculizar su desarrollo de resiliencia. En un estudio en España realizado por Manzano (2022) encontró que, en 701 estudiantes españoles un aumento de la responsabilidad en las clases, puede mejorar la resiliencia gracias a la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y con ello la capacidad de persistir ante las adversidades.

Intriago et al. (2020) encontró en el país vecino Ecuador que, de los 77 estudiantes, los del sexo femenino son ligeramente más resilientes que los del sexo masculino, así como el nivel mostrado por los estudiantes encuestados demuestra que, se encuentran en condiciones de revertir los problemas de conducta que están confrontando.

A nivel nacional, el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios se ha visto afectado por un incremento sostenido de casos de depresión y ansiedad. Solo en el año 2023 se registraron más de 1,3 millones de atenciones en salud mental, de las cuales 244,462 correspondieron a ansiedad y 177,611 a depresión, evidenciando una demanda creciente por parte de jóvenes y adolescentes (Ministerio de Salud del Perú, 2023).

El MINSA (2021) informó que el 21.5% de los adolescentes que sufren violencia tienen una baja resiliencia, lo que se manifiesta en problemas emocionales y de comportamiento. Un estudio en Arequipa realizado por Huanca (2020) encontró que el 25% de las adolescentes

mujeres entre 15 y 18 años presentan una baja resiliencia, en comparación con el 12% de sus pares varones. Asimismo, en un informe del MINSA y UNICEF (2021) reveló que el 33.6% de los niños y adolescentes peruanos enfrentan problemas emocionales o conductuales, lo que sugiere un riesgo para su salud mental.

En relación a la problemática se ha podido observar que los estudiantes de una institución educativa de Huamanga muestran en relación al bienestar psicológico falta de interés en actividades que antes disfrutaban, presentan problemas en sus relaciones personales (son menos sociables) llegando a sentirse inseguros de crear entornos adecuados así como también, el no saber manejar sus emociones (poco control y manejo de sus emociones). Ahora respecto a la resiliencia de los estudiantes, muestran falta de autonomía, poca tolerancia a la frustración, autoestima baja y problemas en el desarrollo de sus actividades académicas.

En el contexto educativo local, la resiliencia ha adquirido una importancia vital para el bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria. Aquellos que carecen de resiliencia están más expuestos a experimentar estrés, ansiedad y depresión, lo que puede tener consecuencias negativas en su rendimiento académico y calidad de vida. Sin embargo, los jóvenes con alta resiliencia pueden afrontar los desafíos de esta etapa de manera más eficaz, lo que se refleja en una mayor satisfacción con la vida, autoestima más sólida y una mejor salud mental.

Teniendo presente todo lo anterior se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025?

Para dar respuesta al problema planteado, se formuló los siguientes objetivos, el general: Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. Y como objetivos específicos:

Identificar los niveles de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

Identificar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

Determinar la relación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

Determinar la relación entre las dimensiones (control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales, aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

El estudio se justifica teóricamente, debido a la importancia de comprender la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los adolescentes, buscando ampliar y fortalecer el conocimiento teórico existente de diversos autores, convirtiéndose en un antecedente de investigación para futuros investigadores. En el aspecto práctico, este estudio brindará información útil y confiable para que los estudiantes puedan aplicar estrategias que les ayuden a manejar mejor su resiliencia y cuidar su salud mental.

Por último, a nivel social, esta investigación será un aporte para las áreas de psicología, educación y para la comunidad en general, ya que ayuda a conocer mejor la realidad que viven los estudiantes. También busca generar conciencia sobre la importancia de atender estos temas y apoyar la toma de decisiones que contribuyan a un desarrollo más saludable y equilibrado de los estudiantes

II. Marco teórico

2.1. Antecedentes

En cuanto a los antecedentes internacionales, Correa et al. (2022) en su estudio buscaron establecer una relación entre resiliencia y bienestar psicológico en población adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad colombiana. Asimismo, con respecto a la metodología se trabajó con un grupo de 300 adolescentes con edades comprendidas entre los 12 y 18 años, seleccionados de manera aleatoria. Siendo que el 52.0% de estos fueron mujeres y el 38.0% fueron hombres. Se utilizaron tres instrumentos los cuales fueron el Cuestionario sociodemográfico, la Escala de Resiliencia Sv-Res y la Escala de Bienestar psicológico para Jóvenes (BIEPS J). Finalmente, los resultados muestran una correlación estadísticamente significativa con el bienestar psicológico. Se concluye que a medida que los adolescentes tuvieron mayores niveles de identidad, autonomía, satisfacción, pragmatismo, vínculos, redes, modelos a seguir, metas a corto y largo plazo, afectividad, autoeficacia, aprendizaje y generatividad, mayor era el bienestar psicológico de cada participante.

En cuanto a los antecedentes nacionales Infanzón (2024) realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Ayacucho. La investigación fue de tipo descriptivo simple, observacional, con un nivel relacional y un diseño epidemiológico transversal. La muestra estuvo compuesta por 100 estudiantes, a quienes se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER). Los resultados mostraron que el 60% de los estudiantes presentaron un nivel alto de resiliencia, mientras que el 61% alcanzaron un nivel alto de bienestar psicológico. Se encontró una relación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p < 0.05$), concluyendo que existe una relación positiva entre la resiliencia y el bienestar psicológico en los estudiantes, quienes en su mayoría se encuentran en niveles altos en ambas variables.

Mecanilla (2024) llevó a cabo un estudio con el objetivo de determinar la influencia de la resiliencia en el bienestar psicológico de estudiantes de secundaria en una institución educativa de Ventanilla. La investigación fue de tipo básica, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal y nivel explicativo. La muestra fue no probabilística y estuvo conformada por 103 estudiantes de secundaria. Para la recolección de datos se utilizó la técnica

de encuesta mediante dos instrumentos: la Escala de Resiliencia (ER) y la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB). Los resultados indicaron que el 47.6% de los estudiantes presentaron un nivel moderado de resiliencia, mientras que el 46.6% mostraron un nivel moderado de bienestar psicológico. Además, se encontró que la resiliencia influye significativamente en el bienestar psicológico ($p < .05$), concluyendo que el bienestar psicológico depende en un 64.7% de la resiliencia.

Castro (2020) llevó a cabo un estudio denominado bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo en el cual tuvo como objetivo determinar la relación existente entre bienestar psicológico y resiliencia. Correspondió a una investigación de tipo cuantitativo, y de diseño no experimental transaccional correlacional. La población estuvo conformada por 64 estudiantes del 4to año de nivel secundario. Se aplicaron la Escala de Bienestar Psicológico en Adolescentes (EBP-A) y Escala de Resiliencia en Adolescentes (ERA). En los resultados encontró una relación positiva, moderada y muy significativa entre bienestar psicológico y resiliencia (rho=,583; p=,000). Así también relación positiva y significativa o muy significativa entre Bienestar psicológico con las dimensiones de resiliencia: ecuanimidad (rho=,553; p<,01), confianza en sí mismo (rho=,408; p<,05) y sentirse bien solo (rho =,391; p<,027). Por otro lado, se identificó relación positiva y significativa o muy significativa entre la resiliencia y las dimensiones de bienestar psicológico: autoaceptación (rho=,797; p<,01), relaciones positivas (rho=,391; p<,05) y autonomía (rho=,386; p<,05). Concluyó que, a mayor resiliencia en un estudiante de cuarto de secundaria, mayor bienestar psicológico; y viceversa.

Johnson (2022) en su investigación acerca del bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo, presentó como propósito determinar la relación entre las variables de estudio, la investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, correlacional y transversal. La población estuvo integrada por 98 estudiantes de secundaria de una institución pública. Los resultados indicaron que un 71.4% obtuvieron como bienestar psicológico un nivel medio. Por otro lado, la resiliencia obtuvo un 54.1% asimismo logró determinar que existe una correlación significativa positiva de 0.279 entre el bienestar psicológico y resiliencia.

Creces (2023) tuvo como finalidad analizar la correlación entre bienestar psicológico y la resiliencia en adolescentes con discapacidad en la Asociación Saulo de Tarso en los Aquijes, Ica. La investigación fue de tipo descriptivo simple, observacional, con un nivel relacional y un diseño epidemiológico transversal. La muestra estuvo compuesta por 64 estudiantes, a quienes se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER). Los resultados indican que el 65,6% presenta un bienestar psicológico de nivel medio; sin embargo, el 51,6% demuestra un nivel bajo de resiliencia. De igual manera, se confirma que existe correlación entre bienestar psicológico y resiliencia en personas con discapacidad de la Asociación Saulo de Tarso en Los Aquijes, Ica 2021.

Estrada y Mamani (2020) desarrollaron un estudio cuyo objetivo fue determinar si existía una relación entre bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa de Puerto Maldonado. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental. La población estuvo constituida por 134 estudiantes, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de encuesta mediante dos instrumentos: la Escala de Resiliencia (ER) y la Escala de Bienestar Psicológico (SPWB). Los resultados demostraron que existe una relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes, indicando que un adecuado bienestar psicológico está asociado con una mayor capacidad de resiliencia. Finalmente se concluyó que existe relación entre las variables de estudio.

2.2. Bases teóricas de la investigación

2.2.1. Bienestar psicológico

2.2.1.1. Definiciones

Ryff (2021) indica que a menudo se cree que el bienestar psicológico se basa en tener buena salud, estabilidad económica y sentirse cómodos con uno mismo. Aunque estos aspectos son ciertos y forman parte de ello, en realidad se trata de una percepción subjetiva. El bienestar psicológico también implica enfrentar de manera positiva los desafíos y las actividades diarias, desarrollar las habilidades y crecer como individuos. Esta percepción se alcanza cuando el funcionamiento psicológico es completo y equilibrado. Además, el bienestar psicológico tiene

efectos positivos en nuestra salud, ya que nos ayuda a prevenir enfermedades y a recuperarnos de ellas de manera más eficiente.

Ruiz (2023) indica que el bienestar psicológico abarca un amplio concepto que se refiere al estado de equilibrio y salud mental de una persona. Va más allá de la mera ausencia de trastornos y se centra en el florecimiento y la satisfacción personal. Implica experimentar emociones positivas, tener una percepción favorable de uno mismo y de la vida en general, establecer relaciones saludables y desarrollar un sentido de propósito y significado. Para lograr y mantener el bienestar psicológico, es necesario cuidar y fortalecer la salud mental a través de prácticas como el autocuidado, la búsqueda de apoyo social, el manejo efectivo del estrés, la búsqueda de actividades gratificantes y la adopción de pensamientos y actitudes positivas. El bienestar psicológico es un proceso continuo que requiere atención constante y equilibrio en diferentes áreas de nuestra vida.

2.2.1.2. Bienestar psicológico en los adolescentes

Castellanos (2020) indica que los derechos de los adolescentes incluyen el derecho a crecer en un entorno libre de violencia y a que se respete su dignidad y su integridad física y mental. Según el Artículo 19 de la Convención sobre los Derechos del Niño, se deben tomar medidas adecuadas para proteger a los adolescentes de cualquier forma de abuso físico o mental, negligencia, maltrato o explotación. El inicio saludable en la vida de los niños se relaciona con lograr un nivel óptimo de bienestar psicológico y emocional. Esto está influenciado por la calidad de las relaciones entre los adultos y los adolscentes, las interacciones con otros adolscentes y los entornos en los que se desarrolla su crecimiento, como la familia, la escuela y la comunidad.

Vega y Diaz (2018) manifiestan que el bienestar psicológico en los adolescentes se refiere al estado general de salud mental y emocional durante esta etapa de desarrollo. Implica mantener un equilibrio emocional, una percepción positiva de sí mismos, manejar eficazmente el estrés y los desafíos, y establecer relaciones saludables. Incluye aspectos como la autoestima, la regulación emocional, la resiliencia y las habilidades para tomar decisiones y desarrollar autonomía. Aunque los adolescentes enfrentan dificultades emocionales normales, el bienestar psicológico se relaciona con la capacidad de manejarlas de manera saludable y tener una actitud general de satisfacción y equilibrio en la vida. Promover el bienestar psicológico implica crear un entorno seguro y de apoyo, fomentar la comunicación abierta, enseñar habilidades de manejo del estrés y emociones,

y apoyar el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, alentando una actitud positiva y ayudando a establecer metas significativas en la vida.

2.2.1.3. Tipos de bienestar psicológico

Según Ruiz (2023) son los siguientes:

- El bienestar subjetivo se refiere a la evaluación personal que cada individuo hace de su propia vida, incluyendo metas, logros y satisfacción general. Se manifiesta a través de su comportamiento y relaciones interpersonales, y se experimenta como una sensación de realización personal.
- El bienestar material está relacionado con los recursos y el capital disponibles para satisfacer las necesidades básicas de una persona. Esto incluye aspectos como la educación y la salud, tanto física como emocional, que influyen en la calidad de vida y en la capacidad de funcionar adecuadamente en la sociedad.
- El bienestar emocional se basa en el reconocimiento y la búsqueda de energía vital a través del disfrute de los aspectos positivos de la vida. Implica buscar el bienestar personal y comunitario, y se fomenta el uso de la empatía para establecer relaciones interpersonales saludables.
- El bienestar social es una necesidad fundamental que implica una comunicación efectiva entre las personas. Para lograr una buena relación interpersonal, es necesario actuar con respeto, igualdad y equidad en todos los aspectos de la vida cotidiana en la sociedad actual.

2.2.1.4. Dimensiones del bienestar psicológico

Según el modelo de bienestar psicológico propuesto por Ryff (19890), se identifican cuatro dimensiones del bienestar psicológico:

Aceptación/ control

- Autoaceptación: Esta dimensión implica tener una actitud de aceptación y valoración hacia uno mismo. Se trata de reconocer tanto las fortalezas como las limitaciones personales y mantener una visión positiva de sí mismo en general. Implica cultivar la autoestima, la autocompasión y la autoaceptación, sin juzgarse severamente por los errores o imperfecciones.

- Dominio del entorno: Esta dimensión se relaciona con la capacidad de manejar y adaptarse de manera eficaz a las circunstancias y desafíos del entorno. Implica tener una sensación de competencia y eficacia en la gestión de las tareas diarias, enfrentar los obstáculos y lograr metas. El dominio del entorno implica desarrollar habilidades prácticas, resolver problemas y utilizar eficientemente los recursos disponibles.

Vínculos

Esta dimensión se refiere a establecer y mantener relaciones interpersonales saludables y satisfactorias. Implica la capacidad de establecer conexiones significativas y de calidad con los demás, basadas en la empatía, el respeto mutuo, el apoyo emocional y la comunicación efectiva. Estas relaciones positivas pueden incluir amistades íntimas, relaciones familiares sólidas y conexiones significativas con la comunidad.

Autonomía

La autonomía implica tener la capacidad de tomar decisiones y actuar de acuerdo con los propios valores, metas y preferencias, sin sentirse coaccionado o influenciado en exceso por presiones externas. Se trata de ejercer la libertad individual y la autodeterminación en la toma de decisiones, lo que permite un sentido de control y responsabilidad sobre la propia vida.

Proyectos:

- Propósito en la vida: Esta dimensión se refiere a tener un sentido de dirección y metas significativas en la vida. Implica identificar y perseguir actividades y objetivos que se consideren valiosos y que den un propósito y significado a la existencia. El propósito en la vida puede estar relacionado con contribuir al bienestar de los demás, encontrar un sentido trascendente en el trabajo o cultivar pasiones y aspiraciones personales.
- Crecimiento personal: El crecimiento personal se refiere al desarrollo continuo de habilidades, conocimientos y experiencias que promueven el crecimiento y la evolución personal. Implica buscar oportunidades de aprendizaje, adquirir nuevas habilidades, explorar intereses personales y adaptarse a los cambios. El crecimiento personal también implica estar abierto a nuevas perspectivas y buscar la autorrealización y la autorreflexión.

Estas dimensiones se consideran componentes clave del bienestar psicológico y se interrelacionan entre sí, influyéndose mutuamente. Se considera que la presencia y el equilibrio de estas dimensiones contribuyen a un mayor bienestar psicológico y a una vida más satisfactoria y plena. (Ryff, 1989).

2.2.1.5. Teorías del bienestar psicológico

Ryan y Deci (2000) desarrollaron la teoría de la autodeterminación, que se enfoca en la importancia de satisfacer las necesidades psicológicas básicas, como la autonomía, la competencia y las relaciones, para lograr el bienestar psicológico. Según esta teoría, cuando las personas experimentan un nivel adecuado de satisfacción en estas áreas, experimentan un mayor bienestar en general. (págs. 67-78)

Seligman (2002) propuso la teoría de la felicidad auténtica, que se centra en la búsqueda de la felicidad a través del desarrollo de fortalezas personales y virtudes. Según esta teoría, el bienestar psicológico se logra cuando las personas utilizan sus fortalezas y virtudes en actividades que les brindan un sentido de significado y propósito en la vida. (pág. 287)

Maslow (1954) desarrolló la teoría de la autorrealización, que se basa en la jerarquía de necesidades humanas. Según esta teoría, el bienestar psicológico se alcanza a medida que las necesidades básicas son satisfechas y las personas pueden avanzar hacia la autorrealización, buscando su máximo potencial y logrando un sentido de plenitud en la vida.

La teoría del flujo, propuesta por Csikszentmihalyi (1990), se refiere a la experiencia óptima de estar completamente inmerso en una actividad que presenta un equilibrio entre el desafío y las habilidades personales. Según esta teoría, el bienestar psicológico se encuentra en el estado de flujo, donde las personas experimentan una concentración total, pierden la noción del tiempo y experimentan una sensación de satisfacción y felicidad.

2.2.2. Resiliencia

2.2.2.1. Definición

La resiliencia es definida desde el punto psicológico como la habilidad que tienen las personas para poder anteponerse antes situaciones críticas y sucesos traumáticas además que se anteponen a estos sucesos, a la vez que desarrollan actitudes positivas ante situaciones estresante o amenazantes.

Otro termino que se le da a la resiliencia es, que esta es un conjunto de predisposiciones que permiten anteponernos en situaciones que suponen una crisis para la persona y a la cual podemos adaptarnos modificando nuestras conductas y desarrollando una manera de pensar positiva y constructiva. (Psicología y mente, s.f.)

Para Wagnild & Young (1993) la resiliencia es una característica de la personalidad humana que busca poder moderar los efectos causados por estar expuesto a situaciones estresantes, a la vez que moldea conductas que nos permitan adaptarnos a estas situaciones y poder sobrellevarlas, es también definida como la habilidad que tiene el sujeto para poder enfrentar los obstáculos y poder manejar mejor la presión y adversidades presentes en la vida.

Sánchez (2019) aclara que ser resiliente no significa no experimentar dificultades, sino tener la capacidad de enfrentarlas y adaptarse mejor con el tiempo, reconociendo que el malestar emocional, la tristeza o el dolor son reacciones normales

2.2.2.2. Dimensiones de la resiliencia

Wagnild y Young (1993) identifican varios componentes de la resiliencia. En primer lugar, la perseverancia se caracteriza por la capacidad de mantenerse firme ante las dificultades o el desánimo. Esta cualidad implica la determinación de seguir luchando para mejorar la propia vida, así como la necesidad de permanecer activo y mantener el autocontrol.

Otro componente es la satisfacción personal, que se refiere al sentido y motivación que cada persona encuentra en su vida. La ecuanimidad personal se entiende como una orientación equilibrada hacia la vida y las experiencias, lo que permite a una persona considerar una gama más amplia de situaciones y moderar sus reacciones ante la variedad de experiencias. La confianza en sí mismo es otro aspecto clave, que implica reconocer que cada individuo posee habilidades y limitaciones únicas. Por último, el sentirse bien se concibe como la experiencia personal de cada uno, que revela que, aunque se compartan algunas vivencias, otras se enfrentan en soledad, otorgando a cada persona un sentido de libertad e individualidad.

2.2.2.3. Enfoques teóricos de la resiliencia

Para fines de la presente investigación se recurre a la Teoría de la Resiliencia desarrollada por Wagnild y Young (1993), la cual se centra en el concepto de "resiliencia personal" y cómo

esta cualidad a enfrentar y superar situaciones difíciles en sus vidas. Según esta teoría, existen seis componentes clave de la resiliencia personal:

- Creencia en la propia competencia: Las personas resilientes confían en su capacidad para enfrentar y superar desafíos. Tienen una actitud positiva y creen en sus habilidades para resolver problemas.
- Independencia: Los individuos resilientes son capaces de tomar decisiones y proceder con autonomía.
- No dependen en exceso de los demás y tienen un sentido de control sobre su propia vida.
- Tendencia a ver el cambio como una oportunidad: Las personas resilientes ven los cambios y las transiciones como oportunidades para crecer y desarrollarse. Tienen una actitud flexible y están dispuestas a adaptarse a nuevas situaciones.
- Actitud positiva hacia el futuro: Los individuos resilientes tienen una visión optimista del futuro y mantienen la esperanza incluso en momentos difíciles. Ven los desafíos como temporales y creen que pueden superarlos.
- Red de apoyo social: Contar con una red de apoyo confiable y de calidad es fundamental para la resiliencia. Las personas resilientes buscan y utilizan el apoyo emocional y práctico de familiares, amigos y otros miembros de su comunidad.
- Espiritualidad: La dimensión espiritual juega un papel importante en la resiliencia personal. No necesariamente se refiere a una religión específica, sino a encontrar significado y propósito en la vida, lo que proporciona una fuente de fortaleza durante tiempos difíciles.

2.2.2.4.Pilares de la resiliencia

Carrasco y Villegas (2022) identifican cuatro elementos fundamentales de la resiliencia, relacionados con experiencias exitosas que permiten diseñar perfiles de desarrollo, especialmente en niños.

Competencia Social

Los niños y adolescentes interactúan con otras personas y desarrollan respuestas positivas que facilitan la adaptación y fomentan conductas prosociales. Los niños resilientes tienden, desde temprana edad, a establecer relaciones positivas, mientras que en la adolescencia esta habilidad les

permite formar amistades y vínculos más profundos, pasando de relaciones grupales a relaciones sentimentales.

Resolución de problemas

Las investigaciones con niños muestran que poseen habilidades para pensar, reflexionar y encontrar soluciones a conflictos. En la adolescencia, estas capacidades se amplían, permitiendo la manipulación de ideas más complejas o filosóficas. Por otro lado, estudios con adultos que presentan problemas psicológicos evidencian la carencia de estas habilidades. En el caso de niños que crecen en la calle, desarrollan resiliencia a través de la adaptación necesaria para sobrevivir.

Autonomía

La autonomía se entiende como la capacidad de actuar de manera independiente y ejercer control interno. Los niños resilientes pueden distinguir sus propias experiencias de los conflictos familiares, comprendiendo que no son responsables de ellos. Esto crea un espacio protector que favorece el desarrollo de la autoestima y permite establecer objetivos constructivos.

Sentido de propósito y futuro

Se relaciona con la autonomía y la confianza en el control sobre el entorno, así como con la proyección hacia el futuro. Constituye un predictor de resultados positivos en resiliencia. Para evaluar el perfil de un niño, se utiliza una escala de 0 a 3: 0 indica ausencia del rasgo, 1 presencia mínima, 2 nivel intermedio y 3 grado superior. Esta valoración permite diseñar programas enfocados en el desarrollo de la resiliencia.

2.3. Hipótesis

Hi: Si existe relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025

Ho: No existe relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025

III. Metodología

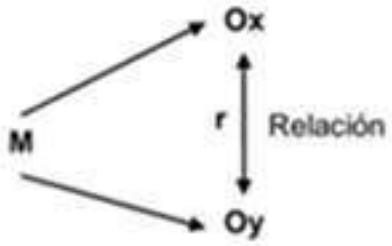
3.1. Tipo, Nivel y Diseño de investigación

El estudio se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo es decir según Hernández y Mendoza (2018) este tipo de enfoque es el que mejor se ajusta a las propiedades y necesidades del estudio, dado que los datos son resultado de mediciones, se trazan por medio de números aparte de examinar con procedimientos estadísticos.

Asimismo, fue de nivel correlacional. Para Hernández (2018) Este tipo de estudios correlaciónales tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular

El diseño de estudio fue no-experimental, puesto que no hubo una manipulación de la variable que logren interferir en los datos recolectados, esta investigación es sólo observacional y se enfoca en explicar las variables seleccionadas. De corte transversal porque esta investigación se caracteriza por el recojo de datos en un tiempo indicado (Hernández et al.,2014).

Esquema del Diseño No Experimental de la investigación



Dónde:

M**:** estudiantes

O1: bienestar psicológico

O2: resiliencia

R: Relación de las variables de estudio.

3.2. Población y muestra.

La población estuvo compuesta por 139 estudiantes de secundaria de una institución educativa en Huamanga de género masculino y femenino.

La muestra la conformaron 73 estudiantes, los que fueron elegidos a través del muestreo no probabilístico, por conveniencia. Según Hernández et al. (2018) es un método en el cual es autor selecciona muestras sustentadas en juicios subjetivos, en lugar de realizar la selección al azar.

Criterios Inclusión

Estudiantes que decidan participan mediante la firma en el Asentimiento Informado.

Estudiantes que completen adecuadamente ambos cuestionarios.

Estudiantes de 12 a 16 años

Criterios Exclusión

Estudiantes que no completen adecuadamente los cuestionarios.

Estudiantes que quieran retirarse en el transcurso de la aplicación de las pruebas.

Estudiantes que no cumplan con los criterios de inclusión.

3.3. Definición y operacionalización de las variables

Tabla 1: *Operacionalización de las variables*

Variable	Definición operativa	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Categorías o valoración
Bienestar psicológico	Será medida a través de la escala de bienestar psicológico para adolescentes (BIEPS-J).	Control de situaciones (ítems 13, 5, 10 y 1)	Manejo de situaciones Autosuficiencia	Likert	28- 32 =Bienestar Psicológico Bajo. 33-38 = Bienestar Psicológico Medio 39 = Bienestar Psicológico Alto
		Vínculos psicosociales (ítem 8,2 y 11)	Vínculos saludables Empatía y efectividad		
		Proyectos personales (ítem 12, 6 y 3)	Establecimiento de metas Proyectos de vida		
		Aceptación de sí mismo (ítems 9, 4 y 7)	Aceptación de mi cuerpo Valoración personal		
Resiliencia	Será medida obtenida a través de las puntuaciones de la escala de resiliencia de Wagnild, G. Young, H. de 1993	Satisfacción personal	Entender que nuestra vida tiene una finalidad, razones para seguir viviendo y esmerarse continuamente para lograr nuestros objetivos, aunque a veces sea cansado	Likert Ordinal	Alto Medio Bajo

Ecuanimidad	Tener una vida propia y experiencias vividas de manera equilibrada. Es decir, tener una amplia experiencia de vida, tener paciencia y tomar decisiones de manera adecuada, comportarse de manera moderada ante las adversidades.
Sentirse bien solo	Ser independiente y capaz de tomar decisiones por uno mismo, comprender cuando estemos en riesgo entre uno mismo y el entorno.
Confianza en sí mismo	Es el aceptarnos a nosotros mismo, con nuestras capacidad y limitaciones, sostenerse de uno mismo y conocer nuestras fortalezas y debilidades.

	Perseverancia	Ser tenaz a pesar de las adversidades que se presenten. Mostrar un deseo continuo de superación y un deseo por reconstruir la vida propia, ser participe y hacer uso de la autodisciplina.

3.4. Técnica e Instrumento de recolección de información

3.4.1. Técnica

Se utilizó la técnica de la encuesta para las dos variables. Según Tamayo y Tamayo (2008) es la que va a permitir brindar respuestas a problemas en términos descriptivos como correlacionales tras el recojo sistemático de datos según un diseño previamente estipulado que garantice el rigor de los datos recogidos.

3.4.2. Instrumentos

Se aplicó la Escala de Resiliencia (ER) Wagnild & Young y la Escala de Bienestar Psicológico BIEPS -J.

Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J

La Escala de bienestar de psicológico para jóvenes (BIEPS– J), tuvo como creador a María Casullo en el año 2002 cuya procedencia fue de Argentina, el tipo de aplicación es colectiva o personal con un tiempo de duración de 10 minutos posee 4 dimensiones que son control de situaciones, aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales y proyecto. Su escala de medición es Ordinal Likert. La validez de contenido se realizó mediante la evaluación de jueces donde los ítems de criterio de pertinencia, relevancia y claridad llegaron a cumplir con el criterio mínimo requerido estimando que es V de Aiken > 0.80. La confiabilidad, se ejecutó a través del coeficiente de Alfa de Cronbach, llegando a tener como valor $\alpha = 0.724$, indicando que el cuestionario tiene alta confiabilidad. De igual manera, se realizó la confiabilidad por dos mitades de Gutman, teniendo como valor general de la variable bienestar psicológico = 0.724, lo cual indica que el instrumento posee alta confiabilidad.

La Escala de Resiliencia (ER) Wagnild & Young

La Escala de Resiliencia (ER) Wagnild & Young, creada en estados unidos y adaptada en Perú por Novella (2002) es de administración individual o colectiva, se aplicación para adolescentes y jóvenes, miden las escalas de ecuanimidad, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia y satisfacción. Asimismo, compuesta por 27 ítems que tiene una duración entre 25 a 30 minutos. La confiabilidad de la prueba en el año 2002 por Novella dio una consistencia de 0,89, en el año 2004 se realizó una nueva adaptación por estudiantes de la UNMS

quienes tuvieron como confiabilidad de 0,89, por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach. La validez demuestra que tiene altos índices de correlación vinculadas a la resiliencia.

3.5. Método de análisis

La información fue recolectada a través de la aplicación de los cuestionarios, luego fueron procesados en una matriz utilizando el programa Microsoft Excel 15 para después ser ingresados en una base de datos en el SPSS versión 22, se obtuvieron medidas estadísticas descriptivas: como tablas de distribución de frecuencia y la estadística inferencial mediante la prueba de normalidad de Kolmogorow de Smirnow estadística de coeficiente de Rho de Spearman para establecer la relación entre las variables que son bienestar psicológico y resiliencia.

3.6. Principios Éticos

La investigación cumplió los aspectos éticos mencionados en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación v.002 (ULADECH CATÓLICA, 2025):

- En relación al principio de Protección a las Personas, se aseguró a los estudiantes que no se les proporcionaría ninguna compensación económica que pudiera perjudicar su integridad moral y psicológica. Además, se respetó su dignidad y se garantizó la confidencialidad de la información, protegiendo su derecho a la intimidad.
- Se cumplió con el principio del Cuidado del Medio Ambiente y la Biodiversidad, ya que no se manipularán ni utilizarán plantas ni animales en esta investigación.
- Se respetó el principio de Libre Participación y Derecho a estar informado, informando a los estudiantes sobre el propósito y objetivo del estudio, y permitiéndoles decidir de manera libre si deseaban participar en la investigación.
- Con respecto al principio de beneficencia no maleficencia, se aseguró a los participantes que no sufrirían ningún daño durante el estudio, cumpliendo con las normas generales de garantizar su bienestar, evitar causar daño y minimizar los efectos adversos, maximizando los beneficios.

- Se aplicó el principio de Justicia, brindando un trato justo e igualitario a todos los participantes durante el proceso de evaluación. Además, se reconoció la importancia de la equidad y justicia al facilitar el acceso de los estudiantes a sus resultados.
- Se respetó el principio de Integridad Científica, llevando a cabo la investigación de manera honesta, transparente, justa y responsable

IV. Resultados

Tabla 02

Correlación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

		Resiliencia
Bienestar psicológico	Coeficiente de correlación	0,521
	Sig. (bilateral)	0,000
	N	73

Descripción. Se observa en la tabla 02 que el coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0,521 y un nivel de Significancia bilateral de 0,000 (α=0.05 > p=0.00) es decir, los resultados pertenecen a una correlación positiva moderada es decir ante un adecuado bienestar psicológico existirá una adecuada resiliencia.

Tabla 03

Nivel de resiliencia en estudiantes de secundaria en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

Resiliencia	f	%
Alto	20	28%
Media alto	33	45%
Medio bajo	11	15%
Bajo	9	12%
Total	73	100%

Descripción: En la tabla 03 se puede observar los niveles de resiliencia en estudiantes de educación secundaria donde del 100%), el 45% de los estudiantes se encuentran en el nivel medio alto de resiliencia, seguido del 28% de alumnos se ubicaron en el nivel alto, el 15% se encontró en el nivel medio bajo y el 12% se ubicó en la categoría bajo de resiliencia.

Tabla 04

Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.

Bienestar Psicológico	f	%
Alto	15	20%
Moderado	38	52%
Bajo	20	28%
Total	73	100%

Fuente: Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J).

Descripción: En la tabla 04 se puede observar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de educación secundaria donde del 100% (n =100) el 52% de alumnos se ubicaron en la categoría moderado, seguido del 28% de estudiantes se ubican en el nivel bajo, y el 20% se encuentra en la categoría alto.

Tabla 05

Relación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025

Dimensiones de resiliencia		Ecuanimidad	Sentirse bien solo	Perseverancia	Satisfacción personal	Confianza en sí mismo
Bienestar psicológico	Coeficiente de correlación	0,602	0,531	0,609	0,524	0,567
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000
	N	73	73	73	73	73

Descripción. Se puede observar en la presente tabla que se evidencia asociación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) de resiliencia donde se obtuvo un valor de significancia p=,000 (p<0,05) y un coeficiente de correlación de Spearman de 0,602 para la dimensión ecuanimidad; 0,531 para sentirse bien solo; 0,609 para perseverancia; 0,524 para satisfacción personal y 0,567 para la dimensión confianza en sí mismo indicando una correlación positiva moderada.

Tabla 06

Relación entre las dimensiones (control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales, aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025

Dimensiones de Bienestar psicológico		Control de situaciones	Vínculos psicosociales	Proyectos personales	Aceptación de sí mismo
Resiliencia	Coeficiente de correlación	0,572	0,554	0,570	0,624
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
	N	73	73	73	73

Descripción. Se puede observar en la presente tabla que se evidencia asociación entre las dimensiones de bienestar psicológico (Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos personales, Aceptación de sí mismo) y la resiliencia donde se obtuvo un valor de significancia p=,000 (p<0,05) y un coeficiente de correlación de Spearman de ,572 para control de situaciones; 0,554 para vínculos sociales; 0,570 para proyectos personales y 0,624 para aceptación de sí mismo indicando una correlación positiva moderada.

V. Discusión

El presente estudio planteó como objetivo principal determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025, encontrando correlación positiva moderada siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0,521 lo cual indicaría que una alta resiliencia contribuye a un mayor bienestar, y un buen estado de bienestar psicológico fortalece la capacidad de resiliencia. En esencia, la resiliencia no es simplemente la capacidad de resistir, sino también de recuperarse y adaptarse de manera positiva frente a la adversidad. Los resultados se asemejan al estudio de Infanzón (2024) quien halló que existe relación estadísticamente significativa entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Ayacucho ($p < 0.05$). Además, se asemejo a los resultados de Estrada y Mamani (2020) que mostraron relación directa y significativa entre el bienestar psicológico y la resiliencia en estudiantes de una institución educativa de Puerto Maldonado. La investigación de Mecanilla (2024) también encontró que la resiliencia influye significativamente en el bienestar psicológico estudiantes de secundaria en una institución educativa de Ventanilla. Según la perspectiva teórica de Wagnild y Young (1993), las personas que manifiestan estos cinco componentes en un alto grado son más propensas a experimentar un mayor bienestar psicológico. Su modelo sugiere que la resiliencia no es solo la capacidad de resistir, sino también de prosperar y encontrar significado en medio de los desafíos, lo que a su vez fortalece la salud mental y la satisfacción con la vida.

En el primer objetivo específico se encontró que cerca de la mitad de los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025 se encuentran en el nivel medio alto de resiliencia es decir que los estudiantes tienen la capacidad de adaptarse a situaciones difíciles buscando alternativas de solución a hechos negativos. Estos resultados coincidieron con Rebaza (2021) en su estudio predominó un nivel alto de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco en Trujillo. Estas similitudes pueden deberse a que estos antecedentes trabajan igual con el mismo tipo de población y en el mismo contexto educativo además de coincidir con los mismos resultados creyeron en que la resiliencia fluctúa según grupos etarios, nivel económico y contextos socioculturales concluyendo que la resiliencia es un comportamiento que se puede aprender, por ende, esta capacidad social se puede enseñar, es así que mediante el sustento teórico Wagnild y Young (1993)

mencionan que la resiliencia es una característica del ser humano que reduce las consecuencias negativas del estrés y permite la adaptación de este, es por ello que las personas que poseen resiliencia, pueden adaptarse a las dificultades que se le presentan a menudo, así como el tolerar la presión generada por ciertas situaciones y poder enfrentarla de manera correcta.

En el segundo objetivo específico se halló un nivel moderado de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025, es decir los alumnos se caracterizan por que están mejor preparadas para hacer frente a situaciones difíciles y buscar soluciones a problemas, suelen caracterizarse por ser positivos, con una autoestima alta y con una mayor capacidad para regular sus propias emociones. Estos resultados se asemejan a lo investigado por Rebaza (2021) en su estudio encontró que los estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco en la ciudad de Trujillo, presentaron bienestar psicológico medio. Asimismo, coincide con el estudio de Fernández (2019) en su estudio encontró el 46,5% de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria víctimas de violencia de una institución educativa pública emblemática del distrito de Huaral presentan un nivel medio de bienestar psicológico. Estas similitudes se deben a que los alumnos reflejan el nivel moderado de bienestar, un nivel en común el cual manifiesta el estado de salud mental en que se encuentra la población estudiada. Por otro lado como menciona Ryff (2006) esta es una emoción positiva hacia un individuo, basándose en sus propios criterios o características, lo que incluye sentimientos de complacencia consigo mismo, teniendo en el bienestar psicológico una prevalencia en las actitudes positivas, así como mantener un balance adecuado en los sentimientos humanos de satisfacción, es por ello que es de suma importancia que los estudiantes desarrollen niveles altos o medios de bienestar psicológico para llegar a la autorrealización como menciona Ryff en el modelo eudoimónico, en donde consolido diferentes fundamentos teóricos como la autorrealización de Maslow, en la que menciona que se tiene que cumplir las necesidades básicas para poder llegar a la meta.

En el tercer objetivo específico se evidenció asociación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo) en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. Estos hallazgos indicarían que los estudiantes con mayor percepción de bienestar psicológico mostraron conductas perseverantes, autoconfianza, tranquilidad ante tensiones y control. Estos hallazgos se asemejan a

Castro (2020) en los resultados encontró una relación positiva y significativa o muy significativa entre Bienestar psicológico con las dimensiones de resiliencia: ecuanimidad (rho=,553; p<,01), confianza en sí mismo (rho=,408; p<,05) y sentirse bien solo (rho =,391; p<,027). Asimismo los resultados tienen sustento teórico en lo mencionado por Wagnild y Young (1993) quienes refirieron que existen cinco dimensiones dentro de su teoría que, en esta investigación, permiten desarrollar en los adolescentes la autoconfianza, ecuanimidad, perseverancia, el sentirse bien solo y satisfacción personal; es decir, los adolescentes de este estudio ejercen la capacidad de sentir tranquilidad consigo mismos aceptando y reconociendo sus limitaciones, enfocándose mayormente en las aptitudes positivas desarrollando la resolución de conflictos con firmeza de tal modo que serenan las emociones fuertes, hallando un equilibrio entre la razón y la emoción. La teoría de Wagnild y Young sugiere que estas dimensiones de la resiliencia son componentes integrales del bienestar psicológico. Su desarrollo permite a los estudiantes no solo resistir el estrés, sino también prosperar y experimentar una mayor satisfacción con sus vidas. La asociación se explica principalmente por la Teoría de la Resiliencia, que postula la capacidad de sobreponerse a la adversidad. Esta teoría se complementa con el Modelo de Bienestar Psicológico de Ryff, que define el bienestar a través de dimensiones como la autoaceptación y el crecimiento personal. En los adolescentes, las dimensiones de ecuanimidad y perseverancia se consideran componentes clave de la resiliencia, mientras que la confianza en sí mismo y la satisfacción personal reflejan una autoaceptación positiva. El "sentirse bien solo" se vincula con la autonomía, una necesidad psicológica básica que, según la Teoría de la Autodeterminación, es fundamental para el bienestar. Por tanto, desarrollar estas habilidades permite a los estudiantes afrontar los retos de la secundaria y prosperar.

En el último objetivo específico se encontró relación entre las dimensiones de bienestar psicológico (Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos personales, Aceptación de sí mismo) y la resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. Esto indicaría que cada dimensión del bienestar psicológico actúa como un pilar que fortalece la resiliencia del estudiante, permitiéndole afrontar la adversidad de manera más efectiva. A su vez, una mayor resiliencia contribuye a un mejor desarrollo de estas mismas dimensiones, creando un ciclo de crecimiento positivo. Los resultados tienen cierta similitud con Castro (2020) quien identificó relación positiva y significativa o muy significativa entre la resiliencia y las

dimensiones de bienestar psicológico: autoaceptación (rho=,797; p<,01), relaciones positivas (rho=,391; p<,05) y autonomía (rho=,386; p<,05) en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo. Teóricamente en resumen, el modelo de Casullo, al basarse en el bienestar como un constructo multidimensional, proporciona un marco para entender cómo el desarrollo de estas cuatro áreas (control, vínculos, proyectos y autoaceptación) fortalece la capacidad de resiliencia del individuo, lo que a su vez impacta positivamente en su salud mental (Infanzon, 2024). Por otro lado según el Modelo de crecimiento postraumático (Posttraumatic Growth) sugiere que las personas no solo se recuperan de la adversidad (resiliencia), sino que a menudo experimentan un crecimiento personal significativo. Las dimensiones de Ryff, como el propósito de vida y el crecimiento personal, explican cómo la resiliencia no solo restaura el equilibrio, sino que lo mejora.

El presente estudio presenta ciertas limitaciones que deben ser tomadas en cuenta al interpretar sus hallazgos. En primer lugar, el empleo de un muestreo no probabilístico restringe la representatividad de la muestra, lo cual limita la posibilidad de extrapolar los resultados a la población adolescente en general. Asimismo, el diseño transversal utilizado impide establecer relaciones causales entre las variables, restringiendo el análisis únicamente a asociaciones correlacionales. Cabe señalar que las teorías que abordan la relación entre estas variables no siempre coinciden en sus fundamentos, lo que evidencia la complejidad del fenómeno. Por consiguiente, se hace imprescindible adoptar un enfoque integrador que contemple las múltiples dimensiones psicológicas y sociales para lograr una comprensión más completa.

VI. Conclusiones

En el presente estudio se obtuvo que existe correlación positiva moderada entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025, siendo el coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0,521.

El nivel de resiliencia en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025, es alto.

El nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025 es moderado.

Se concluyó que existe asociación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo).

Se determinó que existe correlación positiva moderada entre las dimensiones de bienestar psicológico (Control de situaciones, Vínculos psicosociales, Proyectos personales, Aceptación de sí mismo) y la resiliencia

VII. Recomendaciones

Para futuros investigadores:

- ✓ Considerar la inclusión de un mayor número de participantes y diferentes contextos educativos para obtener resultados más representativos y generalizables sobre la relación entre bienestar psicológico y resiliencia. A su vez utilizar múltiples instrumentos de evaluación que aborden diferentes dimensiones del bienestar psicológico y la resiliencia, para captar mejor las complejidades de estas variables.

Para las autoridades de la institución educativa:

- ✓ Implementar programas y talleres enfocados en el desarrollo de habilidades de resiliencia y bienestar psicológico, con el objetivo de mejorar el estado emocional de los estudiantes que presentaron bajos niveles en ambas variables. También ofrecer capacitaciones a los docentes sobre la importancia del bienestar psicológico y la resiliencia en el aprendizaje, así como estrategias para fomentar un ambiente escolar positivo y de apoyo.

Para el área de psicología:

- ✓ Establecer colaboraciones con otras disciplinas, como la educación, la sociología y la salud, para abordar de manera integral el bienestar psicológico y la resiliencia en los estudiantes. Esto también comprende realizar investigaciones individuales y grupales.

Referencias bibliográficas

Aponte Delgado, V.N. (2022). R*egulación emocional y bienestar psicológico en adolescentes de 3er, 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Isaac Newton* [Tesis de grado, Universidad Nacional de Tumbes] https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/63729

Alvares Diaz, Y. (2022) Relación del bienestar psicológico con los niveles de ansiedad: rasgo- estado en adolescentes *Revista de Ciencias Médicas La Habana 20*(1) https://revcmhabana.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/186/html

Castellanos, R. (1 de diciembre de 2020). Bienestar psicológico de niños, niñas y adolescentes. UNICEF. Bienestar psicológico de niños, niñas y adolescentes: https://www.unicef.org/cuba/media/2546/file/Libro%20montado_DIGITAL_bajo%20peso.pdf.pdf

Castro Espinoza, M.G. (2020) *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Chiclayo* [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán] https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9021

Casullo, M. y Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de psicología. 18*,35-68. http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974

Carrasco Fernández, B. S. y Villegas Calle, X. M. (2022) *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de los últimos ciclos de una universidad privada de Lima Norte*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana del Norte] https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30120

Correa, K.-L., Aroca-Paez, K.-C., Pacheco-Orozco, R.-E., & Jiménez-Gómez, S.-A. (2022). Relación entre resiliencia y bienestar psicológico en adolescentes que viven en un contexto violento de una ciudad del Caribe colombiano. *Journal of Applied Cognitive Neuroscience*, *3*(2), e00294648. https://doi.org/10.17981/JACN.3.2.2022.03

Cunias Rodríguez, M. Y., & Medina Cardozo, I. I. (2021). Resiliencia en estudiantes adolescentes de una institución educativa de una zona urbano-marginal durante el covid-19:. *UCV Hacer*, *10*(1), 31–39. https://doi.org/10.18050/ucv-hacer.v10i1.2703

El Comercio (06 de agosto del 2021) *La realidad de recibir ayuda psicológica en los adolescentes limeños* https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/historias/la-

realidad-de-recibir-ayuda-psicologica-en-los-adolescentes-limenos-lima-noticia/?ref=ecr

Estrada Araoz1, E.G. y Mamani Uchasara, H.J.(2020) Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de Puerto Maldonado . (2020). *Apuntes Universitarios*, *10*(4), 56-68. https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491

González-Aguilar, D. W. (2021). Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca De Educación Superior*, *4*(1), 43–58. https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53

Hernández, R., Fernández, C., and del Pilar Baptista, M. (2018). *Investigation methodology. Uca.ac.cr*. https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf

Intriago Basurto, M. J., Tarazona Meza, A. K., & Maitta Rosado, I. S. (2020). Resiliencia en adolescentes con problemas de la conducta, con un enfoque de género en estudiantes del 10mo grado: La resiliencia en adolescentes con problemas de la conducta, con un enfoque de género en estudiantes del 10mo grado. *Revista Científica Sinapsis*, *1*(16). https://doi.org/10.37117/s.v1i16.350

Infanzon Rojas, F. F. (2024). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública, Ayacucho* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote] https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/38390

Johnson Vargas, J. S (2022) *Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/95261

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

Manzano Sánchez, D. (2022). Predicción de la resiliencia en estudiantes a través del fomento de la responsabilidad: un estudio a través de la Teoría de la Autodeterminación. *Revista de Investigación Educativa*, *40*(2), 439–455. https://doi.org/10.6018/rie.458681

Ministerio de Salud (21 de octubre del 2023). *Between January and September of this year, more than 90 thousand calls were answered by Minsa for mental health*

https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/547657-entre-enero-y-setiembre-del-presente-ano-mas-de-90-mil-llamadas-atendio-minsa-por-salud-mental

Organización Mundial de la Salud (8 de octubre del 2021) *No hay salud sin salud mental* https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental

Organización Mundial de la Salud (17 de junio de 2022) *Mental health: strengthening our response* https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Rebaza Reyes, R.P (2021) *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco* [Tesis de grado, Universidad Peruana José Cayetano Heredia] https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/9667?locale-attribute=en

Ryff, C. (1989). ¿La felicidad lo es todo, o lo es? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(2), 1069-1081

Rojas Alfaro, T. M. (2020). *Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en Adolescentes de una Institución Educativa de Trujillo.* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24765/ilovepdf_merged.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ruiz, A. (14 de abril de 2023). Bienestar psicológico: ¿Qué es y cómo conseguirlo? IEPP: https://www.iepp.es/bienestar-psicologico/

Viera Vera, S.A. (2022) *análisis comparativo del bienestar psicológico en estudiantes de instituciones privadas y fiscomisional* [Tesis de grado, Pontificia Universidad católica del Ecuador] https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3817/1/78250.pdf

Wagnild, G & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1 (2), 165-177. https://sapibg.org/download/1054-wagnild_1993_resilience_scale_2.pdf

Wagnild, G., & Young, H. (1993). *Escala de Resilencia.* Obtenido de https://es.scribd.com/doc/39013071/Escala-de-Resiliencia-de-Wagnild-y-Young

Zarate (2022) *resiliencia y autoestima en estudiantes de una institución educativa en Tumbes* [Tesis de grado, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote] https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/30506

Anexos

Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación





DIRECCIÓN REGIONAL EDUCACIÓN DE AYACUCHO
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL HUAMANGA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 38928 LEONCIO PRADO – SAN MELCHOR SAN JUAN BAUTISTA
Jesus_rojas2011@hotmail.com – cel.900476033

"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y LA CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

Ayacucho, 31 de octubre del 2025

OFICIO N°042-2025-DRE-AYAC-UGEL-HGA/I.E.P.P. N°38928"LEONCIO PRADO".SM.

SEÑOR :Mg. Elena Esther Reyna Márquez
Coordinadora de Gestión de Investigación de la escuela profesional de psicología - ULADECH.

ASUNTO : Autoriza para realizar la aplicación del instrumento de investigación en la Institución Educativa Pública N° 38928 "Leoncio Prado - San Melchor"- Ayacucho. Nivel Secundaria.

REFERENCIA : Carta de Recojo de Datos (Exp. №° 0142-2025)

Es grado dirigirme Ud., para saludarlo a nombre propio, plana docente, estudiantes y padres de familia en general de la Institución Educativa Pública N° 38928 "Leoncio Prado - San Melchor' del distrito de San Juan Bautista, provincia de Huamanga, región Ayacucho, visto el documento de la referencia presentada a la Institución Educativa, se autoriza la aplicación del instrumento que permita el recojo de información para su proyecto de investigación denominado " RELACIÓN ENTRE RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUAMANGA, 2025" a cargo de YAURI ALVARADO YENNY, bachiller en psicología de la Universidad Católica "Los Ángeles de Chimbote" brindando las facilidades del caso.

Aprovecho la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente:

DIREC REG.EDUC.-AYACUCHO
UGEL HUAMANGA
Mg. Jesús Rojas Naupas
DIRECTOR

Anexo 02. Carta de recojo de datos

Chimbote, 15 de octubre del 2025

CARTA N° 0000001503-2025-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

ROJAS NAUPAS, JESUS
INSTITUCION EDUCATIVA PÚBLICA N°38928 LEONCIO PRADO
SAN MELCHOR

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 RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUAMANGA, 2025, con la , que involucra la recolección de información/datos en ESTUDIANTES, a cargo de YAURI ALVARADO YENNY, perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGIA, con DNI N° 47338937, durante el periodo de 26-10-2025 al 15-11-2025.

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.

"LEONCIO PRADO"
MESA DE PARTES
Exp. N° 442
Fecha: 23 - 11 - 25
Hora: 10 37 a.m. Folio: 01

Mgtr. Elena Esther Reyna Marquez
Coordinadora de Gestión de Investigación

email: cooperacion@uladech.edu.pe

Anexo 03: Matriz de consistencia

Enunciado del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	
	General:	HI:	Bienestar psicológico	- Control de situaciones - Vínculos psicosociales - Proyectos personales - Aceptación de sí mismo	Tipo: cuantitativo Nivel: descriptivo correlacional Diseño No experimental Población La población estuvo compuesta 139 estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, de género masculino y femenino.
¿Cuál es la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025?	Determinar la relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. Objetivos específicos: Identificar los niveles de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. Identificar los niveles de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. Determinar la relación entre bienestar psicológico y las dimensiones (ecuanimidad, sentirse bien solo, perseverancia, satisfacción personal, confianza en sí mismo)	Si existe relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025. HO: No existe relación entre resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.	Resiliencia	- Satisfacción personal - Ecuanimidad - Sentirse bien solo - Confianza en sí mismo - Perseverancia	

		de resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.	
		Determinar la relación entre las dimensiones (control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos personales, aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Huamanga, 2025.	

Anexo 04. Ficha técnica de los instrumentos

Ficha técnica de la Escala de Resiliencia

Nombre: Escala de Resiliencia. Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993).

Procedencia: Estado Unidos.

Adaptación peruana: Angelina Cecilia Novella Coquis (2002) Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Administración: Individual o colectiva. Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos. Aplicación: Para adolescentes y adultos.

Significación: La Escala evalúa las siguientes dimensiones de la resiliencia: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia, y Satisfacción.

Wagnild & Young (1993) construyeron la Escala de Resiliencia (ER) con el propósito de identificar el grado de resiliencia individual, considerado como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo. Fue desarrollado en una muestra de 810 adultos del género femenino residentes de comunidades, aunque como lo señalan los autores también puede ser utilizado con la población masculina y con un amplio alcance de edades.

La Escala consta de 25 reactivos, respecto de los cuales los encuestados deben indicar el grado de aprobación o desaprobación. Está conformada por dos factores, cada uno de los cuales refleja la definición teórica de resiliencia.

Factor I: Se le denominó "Competencia Personal" e indica autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio, y perseverancia. Comprende 17 ítems. En la estandarización peruana, se realizó una reestructuración de ítems, donde se encuentra conformado por 15 ítems.

Factor II: Se le llamó "Aceptación de Uno Mismo" y representa adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable. Estos ítems reflejan aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. Comprende 8 ítems. En la investigación se procede a realizar modificación considerando la matriz, motivo por el cual se obtiene para la versión peruana 10 ítems de medición.

Estos dos factores toman en consideración las siguientes características de resiliencia:

Ecuanimidad: Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y, no juzgar cada evento acontecido; por ende, se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

Perseverancia: Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo, permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

Confianza en sí mismo: Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

Satisfacción personal: Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.

Sentirse bien solo: Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Corrección e interpretación : Los 25 ítems puntuados en una escala de formato tipo Likert de 7 puntos donde: 1, es máximo desacuerdo; 7, significa máximo de acuerdo. Los participantes indicarán el grado de conformidad con el ítem; y a todos los que son calificados positivamente de entre 25 a 175 serán puntajes indicadores de mayor resiliencia. Donde puntuaciones superiores a 145 indican un nivel Alto, puntuaciones entre 126 y 145 indican un nivel Moderado y puntajes de 125 o menos indican un nivel Bajo. Los puntajes directos transformados a percentiles se interpretan de la siguiente manera: alta (90-99), media alta (75-89), media (50-74), media baja (25-49), baja (24 a menos).

Criterios de calidad Confiabilidad

Consistencia interna: Tuvo una confiabilidad calculada con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89.

El método test-retest: La confiabilidad fue evaluada por los autores en un estudio longitudinal en mujeres embarazadas antes y después del parto, obteniéndose correlaciones de 0.67 a 0.84, las cuales son respetables.

Validez

La validez concurrente se demuestra por los altos índices de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Según el criterio de Kaiser, se identifican 5 factores.

La validez del contenido se da a priori, pues los ítems fueron seleccionados acorde con aquellos que reflejaban las definiciones de resiliencia, a cargo de los investigadores, dos psico metristas y dos enfermeras. Los ítems tienen una redacción positiva. La validez concurrente se da al correlacionar altamente con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia como: Depresión, con r = - 0.36, satisfacción de vida, r = 0.59; moral, r = 0.54; salud, r = 0.50; autoestima, r = 0.57; y percepción al estrés, r = -0.67.

Tabla de Distribución original de Factores de la Escala de Resiliencia de Wagnild & Young

	Factor I: Competencia Personal	Factor II: Aceptación de uno mismo
Ecuanimidad	8, 11	7, 12
Perseverancia	1, 4, 14,15, 23	2, 20
Confianza en sí mismo	6,9, 10, 17, 24	13, 18
Satisfacción Personal	16, 21, 25	22
Sentirse Bien Solo	3, 5	19

Ficha técnica de la Escala de Bienestar psicológico BIEPS- J

Nombre original del instrumento:	Escala de Bienestar Psicológico BIEPS-J
Autor y año:	Original: María Martina Casullos (2022) Adaptación: Aguirre Sifuentes, L (2020).
Objetivo del instrumento:	Determinar el nivel de bienestar psicológico
Usuarios:	Adolescentes de 14 a 18 años.
Forma de Administración o Modo de aplicación:	Individual o colectiva
Validez:	La validez de contenido se realizó mediante la evaluación de jueces donde los ítems de criterio de pertinencia, relevancia y claridad llegaron a cumplir con el criterio mínimo requerido estimando que es V de Aiken > 0.80
Confiabilidad	La confiabilidad, se ejecutó a través del coeficiente de Alfa de Cronbach, llegando a tener como valor $\alpha = 0.724$, indicando que el cuestionario tiene alta confiabilidad. De igual manera, se realizó la confiabilidad por dos mitades de Gutman, teniendo como valor general de la variable bienestar psicológico = 0.724, lo cual indica que el instrumento posee alta confiabilidad

Anexo 05. Formato de consentimiento informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN (PADRES) (Ciencias de la Salud)

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).

1…….2

…….3.…

……

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 seguirparticipando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La aplicación de los test que tendremos será de 25 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 queparticipes si tú también lo deseas.

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

Quieres participar en la investigación?	Sí	No

Nombre y apellidos: _____

Fecha: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador: _____

Anexo 06. Prueba de normalidad de Kolmogorov -Smirnov

Prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov

	Kolmogorov - smirnov		
	Estadístico	gl	significancia
Bienestar psicológico	0,128	73	0,000
Resiliencia	0,168	73	0,004

Nota. se evidencia el análisis de normalidad de las variables y sus dimensiones tomando en cuenta el estadístico Kolmogorov – Smirnov (K-S) debido que la muestra cuenta con más de 50 sujetos por lo que se observa que el p valor es menor al valor teórico 0.05; por lo tanto, la distribución de los datos es no paramétrico por lo que corresponder usar estadígrafos como Spearman para las respectivas correlaciones