



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y COMUNICACIÓN  
FAMILIAR EN COMERCIANTES DEL MERCADO  
MOSHOQUEQUE EN TIEMPOS DE COVID -2020**

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

**AUTOR**

**GUEVARA CORONEL, JILMER RUBEN**

**ORCID: 0000-0002-3982-079x**

**ASESOR**

**FERNANDEZ ROJAS, SANDRO OMAR**

**ORCID: 0000-0003-2375-0165**

**TRUJILLO – PERÚ**

**2020**

## **AUTOR**

Guevara Coronel, Jilmer Rubén.

ORCID: 0000-0002-3982-079x

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

## **ASESOR**

Fernández Rojas, Sandro Omar

ORCID: 0000-0003-2375-0165

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

## **JURADO**

Dra. Guzmán Rodríguez, Natalia Mávila

ORCID ID 0000-0002-1381-8261

Dra. Domínguez Vergara, Ángela Benita

ORCID ID 0000-0003-2329-1990

Mgr. Gómez Caldas, Deysi Noemi

ORCID ID 0000-0001-9853-7209

## FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

---

*Dra. Guzmán Rodríguez, Natalia Mávila*  
**Presidenta**

---

*Dra. Domínguez Vergara, Ángela Benita*  
**Miembro**

---

*Mgtr. Gómez Caldas, Deysi Noemi*  
**Miembro**

---

*Mgtr. Fernández Rojas, Sandro Omar*  
**Asesor**

## **DEDICATORIA**

*Quisiera dedicar este trabajo a todas aquellas personas que han fallecido en este año 2020, por motivo de la pandemia mundial, Covid -19.*

## **AGRADECIMIENTO**

Quisiera agradecer a Dios, por el don de la vida, por tener a mi familia presente, por la mujer maravillosa que ha puesto a mi lado para ser mi compañera; por haberme dado fortaleza y constancia para seguir adelante en mi camino profesional a pesar de las dificultades.

También quisiera agradecer a mi asesor Mgtr. Fernández Rojas, Sandro Omar, por toda la paciencia y empeño que ha demostrado al estar orientándome permanentemente a pesar de su limitación de tiempo.

## RESUMEN

La siguiente investigación tiene como finalidad identificar la relación entre el bienestar psicológico y la comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque, en tiempos de Covid 19. La metodología empleada fue de tipo cuantitativo, nivel correlacional y su diseño es no experimental y transaccional. La población estuvo constituida por 100 comerciantes de ambos sexos, la muestra fue de tipo poblacional debido a la pequeñez del grupo de estudio, de los cuales participaron 70 comerciantes por cumplir con los requisitos de inclusión y exclusión. Para poder medir la variable de bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de José Sánchez Canobos y para poder medir la variable de comunicación familiar se utilizó la Escala de comunicación Familiar (FCS).

En el análisis de estas variables se empleó la prueba estadística de correlación de Pearson para determinar la correlación existente entre la variable de bienestar psicológico y la variable de comunicación familiar. Entre los principales resultados encontrados vemos que existe un grado de relación bajo de 218, con un nivel de significancia de 0.01, se concluye que no existe correlación significativa entre el bienestar subjetivo y la comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020. Sin embargo, sí se encontró una correlación significativa entre el bienestar material y la comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020, porque se ha encontrado un grado de correlación bajo de 336\*\*, con un nivel de significancia de 0.05.

**Palabras clave:** Bienestar psicológico, bienestar subjetivo, bienestar material, Covid 19 y comunicación familiar.

## ABSTRACT

The purpose of the following research is to identify the influence relationship between psychological well-being and family communication that merchants in the Moshoqueque market have, in the time of Covid 19. The methodology used was quantitative, correlational level and its design is non-experimental and transactional. The population consisted of 100 merchants of both sexes, the sample was population-based due to the smallness of the study group, of which 70 merchants participated because they met the inclusion and exclusion requirements. In order to measure the psychological well-being variable, the José Sánchez Canobos Psychological Well-being Scale was used and the Family Communication Scale (FCS) was used to measure the family communication variable.

In the analysis of these variables, Pearson's statistical test of correlation was used to determine the correlation between the psychological well-being variable and the family communication variable. Among the main results found, we see that there is a low degree of relationship of 218, with a significance level of 0.01, it is concluded that there is no significant correlation between subjective well-being and family communication in the Moshoqueque market merchants in times of Covid- 2020. However, a significant correlation between material well-being and family communication was found in the Moshoqueque market traders in times of Covid-2020, because a low degree of correlation of 336 \*\* was found, with a significance level of 0.05.

**Keywords:** Psychological well-being, subjective well-being, material well-being, Covid 19 and family communication.

## CONTENIDO

Título de la tesis.....	i
Equipo de Trabajo.....	ii
Hoja de firma del jurado y asesor.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
Contenido.....	viii
Índice de tablas.....	ix
<b>I. Introducción.....</b>	<b>1</b>
<b>II. Revisión de literatura.....</b>	<b>3</b>
<b>III. Hipótesis.....</b>	<b>42</b>
<b>IV. Metodología.....</b>	<b>43</b>
4.1 Diseño de la investigación.....	43
4.2 Población y muestra.....	44
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	45
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	47
4.5 Plan de análisis.....	49
4.6 Matriz de consistencia.....	50
4.7 Principios éticos.....	51
<b>V. Resultados.....</b>	<b>52</b>
5.1 Resultados.....	52
5.2 Análisis de resultados.....	55
<b>VI. Conclusiones.....</b>	<b>57</b>
<b>VII. Recomendaciones.....</b>	<b>58</b>
Referencias bibliográficas.....	59
Anexos.....	67



## ÍNDICE DE TABLAS Y CUADROS

Tabla A: Definición y operacionalización de las variables.....	46
Tabla B: Matriz de consistencia.....	50
Tabla 1: Correlación entre bienestar psicológico y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.....	52
Tabla 2: Correlación entre bienestar subjetivo y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.....	53
Tabla 3: Correlación entre bienestar material y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.....	54
Tabla 4: Bienestar subjetivo en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.....	73
Tabla 5: Bienestar material en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.....	74
Tabla 6: Comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.....	75

## I. INTRODUCCIÓN

La siguiente investigación gira sobre la relación entre el bienestar psicológico y la comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en la ciudad Chiclayo, departamento de Lambayeque. Partiendo desde una perspectiva cognitivo conductual, se puede considerar que durante toda esta investigación se tiene dos hilos conductores, que son el bienestar psicológico y la comunicación familiar, siendo esta última de tipo positiva o negativa, la cual marcará en un futuro nuestro propio modo de comunicarnos socialmente.

La primera variable es la de bienestar psicológico, la cual consiste en una experiencia sensible de percepción humana sobre la satisfacción de los logros y bienes obtenidos, con respecto a lo que ha hecho y puede hacer en vistas a un futuro venidero, con respecto a los estudios realizados anteriormente por el Minsa (2019), se puede afirmar que el 58% de la población peruana no tiene un bienestar psicológico de tipo adecuado, debido a los elementos externos que rodean tales como: pobreza, poco desarrollo académico de los individuos, acontecimientos estresantes de las personas, entre otros.

La segunda variable de importancia es abordar, la comunicación familiar, la cual es un relación interpersonal entre varios individuos, en el contexto actual, la cual parece que se visualiza tremendamente perjudicada de manera íntima, personal y familiar, por ejemplo: Los padres han dejado de lado a la familia por falta de tiempo, viven el ritmo de vida muy acelerado (López, 2017). Un informe internacional, menciona que el 62,5% de las familias piensan que la comunicación entre padres e hijos ha empeorado, girando estas complicaciones en la falta de confianza provocando un exagerado egoísmo e individualismo, debidos en parte por el poco tiempo que se tiene por el riguroso horario laboral, de los mismo dejando a sus hijos a un criterio liberal de sus conductas (Toyana, 2019).

Otro elemento resaltante en el contexto mundial es la aparición del Covid 19, la Organización Mundial de la Salud (2020), ha señalado la muerte de miles de personas por la presencia del Covid-19 a nivel mundial, donde percibimos un sistema de salud deficiente a

todos los niveles y en todos los países del globo, a personas luchando por su vida para vencer la enfermedad, cementerios colapsados, cuarentenas prolongadas, donde en muchas familias hay contagiados, donde muchos niños, jóvenes y adultos han visto morir a sus seres queridos (Minsa, 2020).

Es debido a estos aspectos que surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre el bienestar psicológico y la comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid, 2020?, lo cual lleva a plantearse el objetivo general de identificar la relación entre el bienestar psicológico y la comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque. Poniendo especial atención sobre cómo se relacionan las categorías (bienestar subjetivo y bienestar material) del bienestar subjetivo y la comunicación familiar de los comerciantes.

Por todas las razones presentadas, se debe plantear un marco teórico, que abarque todas estas realidades de estudio, donde se analice responsable y seriamente cada una de las variables presentadas anteriormente, que son centro de estudio en esta tesis, me refiero a: El bienestar psicológico, la comunicación familiar y el Covid 19.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1. Antecedentes

#### *Internacionales*

Esta investigación fue elaborada por Moreta Jiménez, en el año 2017, cuya denominación es el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. Teniendo como finalidad el determinar el papel predictor del Bienestar Psicológico y la Satisfacción con la Vida en el Bienestar Social en una muestra de estudiantes universitarios. Para lograr dicho fin participaron 449 estudiantes de una universidad pública, los cuales fueron evaluados con los cuestionarios de Satisfacción con la vida, Bienestar Psicológico y Bienestar Social. Cuyos resultados son la existencia de una correlación entre la Satisfacción con la Vida y el Bienestar Psicológico  $r = .598$ ;  $p < .001$ . Por otra parte, la Satisfacción con la vida  $r = .447$ ;  $p < .001$  y el Bienestar Psicológico  $r = .568$ ;  $p < .001$  se correlacionan con el Bienestar Social. Los elementos del Bienestar Psicológico pueden explicar en un 48,6% los cambios de la varianza del Bienestar Social. En definitiva, los resultados demuestran que el bienestar psicológico es un predictor del bienestar social y por lo tanto impactar en su dinámica.

La presente investigación fue diseñada por Jeany Granada, en el año 2017, la cual fue denominada bienestar psicológico del personal de la unidad de recolección de evidencias del ministerio público. Cuya finalidad es el analizar el bienestar psicológico del personal de la Unidad de Recolección de Evidencias del Ministerio Público. Para lo cual la muestra estuvo conformado por 60 trabajadores de ambos géneros, masculino y femenino con un rango de edad de 24 a 60 años, que residen en el departamento de Guatemala y sus respectivos municipios. Como instrumento, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de José Sánchez Cánovas (1998), el cual evalúa cuatro sub escalas del bienestar (subjetivo, relación con la pareja, material y laboral) y el bienestar psicológico en general.

Se concluyó que el nivel de Bienestar Psicológico del personal que labora en la Unidad de Recolección de Evidencias del Ministerio Público, se encuentra en un nivel Promedio Alto, lo que significa que mantienen un equilibrio entre su vida laboral, familiar y social; asimismo, se relaciona con la felicidad y satisfacción subjetiva que puede tener una persona en diferentes áreas de su vida. El 51.67%, se encuentra en un nivel Alto, el 15% en un nivel Promedio Alto, el 8.33% en un nivel promedio, el 8.33% y el 16.67% se encuentran los sujetos con un nivel Promedio Bajo y Bajo, respectivamente. Se recomendó implementar capacitaciones y talleres que permitan desarrollar estrategias de afrontamientos en el personal que labora en la Unidad de Recolección de Evidencias. En especial en el área subjetivo y material.

### *Nacionales*

La siguiente investigación fue elaborada por Yataco Apaza, en el año 2019, la cual se denomina bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de lima sur. Se utilizó un método de tipo correlacional – cuantitativo con un diseño no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 496 estudiantes universitarios con edades comprendidas entre 16 a 29 años. Se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez-Cánovas y el Inventario SISCO de Estrés Académico de Barraza. Se encontró que en cuanto al bienestar psicológico el 27.4% estuvo en la categoría muy bajo, el 19.0% fue bajo, el 19.0% fue moderado, el 20.2% fue alto y el 14.5% fue muy alto; así mismo, halló diferencias estadísticamente significativas en función al ciclo académico. En cuanto al estrés académico el 16.1% estuvo en la categoría muy bajo, el 31.0% fue bajo, el 25.8% fue moderado, el 12.1% fue alto y el 14.9% fue muy alto; así mismo, no se halló diferencias estadísticamente significativas en función al género y ciclo académico. En el estudio no se halló relación estadísticamente significativa entre las dimensiones del Bienestar Psicológico con las dimensiones del estrés académico; sin embargo, se halló relación estadísticamente significativa y negativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico. Se concluyó que existe relación

estadísticamente significativa y negativa entre el bienestar psicológico y el estrés académico.

La presente investigación fue diseñada por Carrillo Prado, en el año 2019, la cual lleva por título Ansiedad y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes, 2018. Siendo de tipo cuantitativo correlacional, teniendo como finalidad el determinar la relación entre ansiedad y bienestar psicológico con una muestra conformada por 160 alumnos de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes pertenecientes al segundo, cuarto, sexto y octavo ciclo 2018 - I. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (IDARE) de Charles D. Spielberger y Rogelio Díaz-Guerrero y la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez Cánovas. Se empleó la prueba Rho de Spearman para el análisis de la hipótesis, evidenciando en los resultados obtenidos la existencia de una relación inversamente poco significativa entre ansiedad y bienestar psicológico en los estudiantes, indicando así que a mayor ansiedad menor bienestar psicológico o que a mayor bienestar psicológico menor ansiedad. Por lo que en los resultados obtenidos en la correlación de sus dimensiones tanto de bienestar psicológico como de ansiedad fueron: ansiedad estado y bienestar psicológico subjetivo (- 0,025), ansiedad estado y bienestar material (- 0,031), ansiedad estado y bienestar laboral (0,006), ansiedad estado y relaciones con la pareja (-0,024), ansiedad rasgo y bienestar psicológico subjetivo ( 0,055 ), ansiedad rasgo y bienestar material( 0,003) , ansiedad rasgo y bienestar laboral ( 0,002), ansiedad rasgo y relaciones con la pareja (0,095).Concluyendo así una relación establecida por medio de las dos variables de estudio: ansiedad y bienestar psicológico.

### ***Locales***

La presente investigación fue diseñada por Stefanny Santos, en el año 2017, la cual lleva por título bienestar psicológico y dimensiones de la interacción trabajo – familia de trabajadores de una entidad pública de Trujillo. Teniendo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de la

interacción trabajo – familia de los trabajadores de una entidad pública de Trujillo. Se estudió esta relación con una muestra de 137 trabajadores. Para evaluar el bienestar psicológico se aplicó la “Escala de Bienestar Psicológico”, desarrollada por José Sánchez Cánovas, que presentó una confiabilidad elevada con un Alfa de Cronbach de .93 para el instrumento completo y una validez entre .30 y .76 en la correlación ítem total corregido. Por otro lado, para evaluar las relaciones entre el trabajo y la familia se aplicó el “El Cuestionario de Interacción Trabajo – Familia”, desarrollado por S. Geurts y colaboradores, que presentó una confiabilidad aceptable, con un Alfa de Cronbach de .72 y una validez entre .21 y .58 en el coeficiente de correlación de Pearson entre el ítem y el total corregido. Los resultados demostraron que existe una correlación directa, de grado considerable y altamente significativa entre el bienestar psicológico y la interacción positiva familia – trabajo; una correlación directa, de grado débil y significativa con la interacción negativa familia – trabajo e interacción positiva trabajo - familia y una correlación no significativa con la interacción negativa trabajo - familia en estos trabajadores.

La presente investigación fue diseñada por Claudia Malpartida, en el año 2016, la cual lleva por título Bienestar psicológico e involucramiento laboral en colaboradores de un organismo descentralizado de la municipalidad provincial de Trujillo – 2016. Cuya finalidad es analizar la relación entre el bienestar psicológico e involucramiento laboral en colaboradores de un organismo descentralizado de la municipalidad provincial de Trujillo 2016. Es una investigación de tipo sustantiva, con un diseño descriptivo – correlacional. La muestra estuvo conformada por 301 colaboradores de un organismo descentralizado de la municipalidad provincial de Trujillo, de ambos géneros cuyas edades oscilaban entre 20 a 63 años, contratados y nombrados durante el periodo 2016, seleccionados a través de la técnica de muestreo de tipo probabilístico aleatorio simple. Para el recojo de datos se utilizó 2 Instrumentos confiables: La Escala de Bienestar Psicológico de José Sánchez - Cánovas (2007) la cual consta de cuatro áreas (bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar Laboral, relaciones con la pareja) y el Cuestionario de Engagement (Implicación emocional) estandarizado por Edmundo Arévalo Luna y

Mariella Rosell Aguilar (2012) que consta tres áreas (vigor, dedicación absorción. Los resultados obtenidos nos permitieron constatar que existe correlación entre el bienestar psicológico e involucramiento laboral y sus áreas bienestar psicológico subjetivo, bienestar material y bienestar laboral. Mientras tanto, se aprecia que el área Relaciones con la Pareja no se correlaciona con el involucramiento laboral.

## **2.2 Bases teóricas de la investigación**

### **2.2.1. Bienestar psicológico**

#### **Definiciones**

Antes de pasar a analizar esencialmente las notas constitutivas de la definición de bienestar psicológico es importante tener en cuenta algunas consideraciones previas para poder entender la naturaleza del mismo. Primero, este concepto ha pasado por un periodo de evolución y de discusión desde la década de los setenta del siglo pasado, en parte por el enfoque científico que tenía la psicología en aquellos años, direccionando sus investigaciones hacia el campo de los trastornos mentales que pueden padecer las personas. Segundo, esta variable de estudio, que es el bienestar psicológico, en los últimos diez años ha pasado por un proceso de ampliación resaltante, padeciendo una triple interpretación según la visión bajo la que sea analizada, sea esta hedónica, eudaimónica o la satisfacción de vida del individuo (Ahuanari, 2020).

Teniendo en cuenta esta previa, que puede considerarse como interesante, explicativa y argumentativa, paso a brindar una selección de las principales definiciones, que según mi punto de vista luego de una amplia investigación, son las más completas sobre el tema de bienestar psicológico:

El bienestar psicológico es aquella variable o peculiaridad que se centra en las notas esenciales más resaltantes y constitutivas de la vida del individuo y de su propia



naturaleza, tales como: crecimiento personal, capacidades, sentido de la vida e identidad (Ticona, 2017).

El bienestar psicológico es la percepción de cada persona o individuo sobre lo que ha conseguido o ha podido obtener a lo largo de su vida, con mucho o poco esfuerzo, manifestándose satisfecho con lo que ha logrado a nivel afectivo, cognitivo y social (Urbano, 2017).

El bienestar psicológico debe ser comprendido como el nivel emocional positivo que se consigue como individuo tras una observación satisfactoria de todos los aspectos, físicos, sociales y psicológicos; en el que en realidad está y sobre el cual ha percibe toda su existencia (Yataco, 2019).

Se puede sostener que la definición más conveniente sobre que es el bienestar psicológico, es la que se presenta como una dimensión que considera tanto los aspectos afectivos y cognitivos, entendidos estos como una fuente de desarrollo y crecimiento personal (Luna, 2017).

Se define como la acción del sujeto de sentirse satisfecho y complacido sobre unas determinadas percepciones sobre experiencias que como persona ha alcanzado, en un lapso de tiempo no tan breve, por lo tanto es a largo plazo, cuando consigue un bien querido, que aporta satisfacción personal (Sullca, 2018).

En conclusión, se puede entender que el bienestar psicológico es la capacidad que tiene el individuo de superar aquellas dificultades diarias, que impiden nuestro desenvolvimiento estable y nuestro desarrollo integral, en vistas a la consecución de nuestros objetivos.

## Características

*Para conseguir distinguir la esencia del concepto de bienestar psicológico es de suma importancia girar nuestra interpretación sobre algunos pilares fundamentales que deben ser analizados de modo exhaustivo y que son los que a continuación vamos a tratar:*

Desde la primera nota constitutiva que posee el bienestar psicológico es su subjetividad, porque ésta puede cambiar según la percepción del individuo sobre el valor de los acontecimientos, que le rodean, sean positivos o negativos. El bienestar psicológico no gira únicamente sobre un conjunto de realidades objetivas, tales como: peso, talla, buena alimentación, estatus social o económico, aceptación social, entre otros. Sino que depende de una vinculación fuerte con la visión propia de cada persona, para percibir el aprovechamiento de las opciones que le ofrece la realidad en cuanto a su funcionalidad, equilibrio y ajuste social para la consecución de sus objetivos y metas particulares, teniendo como respaldo el desarrollo de sus virtudes, capacidades y habilidades que ha desarrollado (Sullca, 2018).

La segunda nota esencial que tiene el bienestar psicológico es la constante evaluación subjetiva, durante todo su proceso evolutivo, de su nivel de satisfacción, que encierra las diferentes categorías del plano existencial, tales como: la dimensión académica, afectiva, social, religiosa, económica, familiar, entre otras (Luna, 2017). Esto conlleva que las personas con un adecuado bienestar psicológico sienten que al evaluar su desempeño en la vida, se perciben así mismos como individuos satisfechos con lo que han logrado con el transcurrir de los años, en todos los niveles ya sea en sus aspectos intelectuales, corporales, sociales o afectivas (Ticona, 2017).

Por último, la tercera nota constitutiva a analizar es la integridad del bienestar psicológico en todos sus aspectos, es decir, en el ser humano es importante que el aspecto, académico, religioso, social, personal y familiar estén intrínsecamente unidos, para que el individuo maduro pueda encontrar un equilibrio y su autonomía e

independencia operacional (Yataco, 2019). Por ejemplo: Los jóvenes que tienen un correcto bienestar psicológico llegan a ser socialmente competentes al momento de generar empatía por los demás, siendo resolutivos al momentos de abordar problemáticas y desarrollando habilidades blandas que serán necesarias cuando inicie su vida laboral (Martínez, 2016).

### **Consecuencias positivas**

*Partiendo luego de haber realizado una ardua investigación sobre este punto, puedo mencionar que entre las principales consecuencias positivas que presenta el individuo que tiene un adecuado bienestar psicológico, están las que a continuación les presento:*

Primero, tenemos una buena calidad de vida y un mejor sentido de felicidad personal, porque el individuo aprende a desarrollar adecuadas técnicas para un correcto desenvolvimiento ante circunstancias difíciles o poco armoniosas; también aprende a asumir situaciones dolorosas como parte de un proceso de maduración que le sirve para alcanzar su propia felicidad (Yataco, 2019).

Segundo, desarrolla una apropiada respuesta emocional saludable ante cualquier tipo de situaciones o circunstancias, que provoque en la persona una correcta adecuación afectiva y orgánica a situaciones que no son positivas, disminuyendo estados de ansiedad y estrés (Urbano, 2017).

Tercero, llega a ser persistente en la consecución de metas y objetivos trazados, sin importar el grado o nivel de dificultad que surjan de su obtención, para su posterior realización en un futuro de corto o largo plazo, el cual repercutirá en un cierto nivel de satisfacción que sentirá el individuo (Ticona, 2017).

Por último, quisiera mencionar que las personas tienden a elegir situaciones positivas y de agrado, a aquellas circunstancias que le provocan dolor y padecimiento,

aprovechándose de las primeras en vez de sufrir innecesariamente por estas últimas, esta reacción puede ser considerada como una especie de acto reflejo que surge de modo natural (Martínez, 2016).

### **Estructura**

*Luego de haber repasado diversos tipos de fuentes, en mi labor investigativa, puedo sostener que existen cuatro bases fundamentales en las que se construye el bienestar psicológico, cuya importancia consiste en ser el andamiaje que da vida y mantiene en pie esta dimensión, y son las que presento a continuación:*

**Eje I afecto- cognitivo:** Ejecuta un juicio entre los sentimientos (valoración afectiva) y las ideas (valoración cognitiva). **Eje II positivo- negativo:** Simboliza la fundamental dimensión de la experiencia afectiva, sobre la cual se fundamenta una variedad enorme de situaciones experienciales. **Eje III frecuencia- intensidad:** Que evalúa el tiempo en que sucede algo y la duración que posee. **Eje IV interno y externo:** La consecuencia negativa, posee una direccionalidad interna (autoestima, ansiedad social, salud auto percibida o congruencia entre aspiraciones y logros). El otro elemento que con más frecuencia se ve conectado a elementos afectivos positivos, contenía dimensiones que se dirigían hacia el exterior, tales como satisfacción con los amigos, con el contexto residencial o con el uso del tiempo (Yataco, 2019).

### **Factores**

*Después de haber realizado una exhaustiva investigación he podido, llegar a descubrir que solo existen tres factores fundamentales conectados al bienestar psicológico y que modifican su nivel de percepción por parte de la persona, son los que a continuación les presento:*

**Factores cognitivos:** Este factor se puede llegar a entender como la capacidad que posee el individuo o persona de valorarse a sí mismo y todos los aspectos

referentes a su propia vida y a todos los puntos que a ella atañen, refiriéndose a la autoevaluación que puedo realizar sobre ella (Matallana, 2019).

***Factores afectivos:*** Este factor se entiende como la percepción y sensación de diversos sentimientos y emociones que padece la persona a lo largo de su vida, como: alegría, tristeza, amor, odio, esperanza, entre otras muchas. Las cuales se convierten en un elemento básico para el moldeamiento último del bienestar psicológico (Yataco, 2019).

***Factores socio-culturales:*** Este factor hace referencia al contexto social en el que la persona se desenvuelve, teniendo elementos muy marcados que influyen en la vida del ser humano, tales como: nivel socioeconómico, raza, género, patrón cultural, entre otros (Chávez, 2015).

### **Categorías**

Partiendo desde mi punto de vista, fijándome en la naturaleza de mi investigación y su aplicación real al contexto de los comerciantes del mercado Moshoqueque, puedo sostener que el bienestar psicológico se divide en dos grandes categorías, según el estudio de Canobos, en bienestar subjetivo y bienestar material.

***La primera de ellas es el bienestar subjetivo***, que puede definirse como el diagnóstico personal de la propia percepción, cognitiva y emocional, sobre el estado de su vida y la satisfacción que posee en términos generales sobre su desarrollo como ser humano (Luna, 2017).

La categoría de bienestar psicológico subjetivo se puede analizar mejor si se subdivide en otros aspectos, que pueden clarificar nuestro estudio. *Entre las principales subcategorías que posee el bienestar psicológico subjetivo tenemos las que a continuación les presento:*

***Autonomía:*** Esta subcategoría comprende la capacidad que tiene el hombre de ser independiente y de regular sus propias conductas para ser feliz, básicamente trata de decidir que hacer de modo asertivo según sus convicciones personales, esta habilidad básicamente se aprende desde la infancia y se va fortaleciendo toda la vida, aunque siempre se tiene cierta influencia del entorno más cercano (Ahuanari, 2020).

Esta capacidad está fuertemente vinculada con el concepto de bienestar psicológico, debido a que el individuo participa conscientemente de sus propias acciones porque posee el control de sus conductas, esto a su vez influye en la fisiología mediante la secreción de oxitocinas, que provocan el levantamiento del estado de ánimo y reduce el estrés que perjudica el sistema cardiovascular (Ticona, 2017).

La autonomía y la libertad están concomitantemente unidos a la estabilidad emocional de cada individuo, debido a que una ausencia de capacidad en la toma de decisiones aumenta la angustia cuando se trata de resolver conflictos o asumir algún tipo de responsabilidad por uno mismo. Esta categoría genera en el individuo una autosuficiencia a la hora de predisponer y participar activamente en la realidad que le rodea. Evaluando sus opciones para poder elegir aquella que le sea más apropiada para conseguir su satisfacción personal a la hora de conseguir sus objetivos, en conexión con sus preferencias, intereses y motivaciones (Urbano, 2017).

En conclusión, la autonomía es la cualidad que empuja al individuo a autogobernarse con independencia, para poder desarrollar su propia humanidad en cualquier ambiente social, debido a que participa con sus propias convicciones y su peculiar punto de vista.

***Dominio del entorno:*** Esta subcategoría viene a ser la habilidad de fomentar la creación, selección y el control de su ambiente social, cultural o natural, para aprovechar las oportunidades que puede obtener de estas situaciones, en vistas a saciar sus necesidades y lograr desarrollar sus propias capacidades (Martínez, 2016).

Para poder desarrollar la capacidad de dominio sobre el entorno es sumamente importante la habilidad del ser humano, tanto mental como física, para intervenir en el cambio de su hábitat con la utilización de sus cualidades, virtudes, intereses y talentos (Chávez, 2015).

También es importante resaltar en este punto, la capacidad de selección del entorno, para poder elegir ambientes que sean apropiados a sus peculiaridades básicas, para conseguir un ambiente equilibrado y armónico que favorezca el desarrollo de propia personalidad hacia la madurez (Luna, 2017).

En conclusión, la subcategoría de dominio del entorno, desarrolla en el individuo una sensación de control y de modificación de su realidad, para no presentar situaciones negativas al momento de asumir las circunstancias de su cotidianidad, al momento de satisfacer sus necesidades, familiares, afectivas o cognitivas.

***Crecimiento personal:*** La siguiente subcategoría a estudiar es la de crecimiento personal, la cual consiste en ser la capacidad del individuo de seguir desarrollándose y creciendo sobretodo como ser humano, con todas sus potencialidades y habilidades, a pesar las dificultades que surgen de su origen, condición social, económica o cultural (Sullca, 2018).

Esta subcategoría mantiene una vinculación directa con la autosuperación, por la motivación que impregna en la persona para fortalecer sus habilidades, en un proceso permanente de ensayo a través de acierto y error, para conseguir resultados óptimos con respecto al desarrollo de su vida, sus habilidades y talentos, logrando visualizarlo y realizarlo en su proyecto de vida (Ugaz, 2018).

En definitiva, esta subcategoría brinda un sentido de direccionalidad al hombre, por la planeación de metas, expectativas e intenciones que le dan sentido a su existencia, proporcionando al proceso de superación, un significado de adaptación lo cambios y madurez, obteniendo una emoción de expansión y crecimiento, hacia

nuevas situaciones que le den un bienestar en su propia psicología, de acuerdo con las posibilidades de cada individuo.

***Propósito de vida:*** Esta subcategoría se caracteriza por la fijación y el cumplimiento de los objetivos planteados, a largo o corto plazo, en el proyecto de vida de una persona, según las características de su propia etapa evolutiva, proporcionando orientación y finalidad a su existencia (Ahuanari, 2020).

Otra atribución positiva que posee la fijación de metas para la consecución de objetivos concretos, es dirección hacia el bienestar psicológico, porque al conseguir los objetivos planteados su nivel de satisfacción será óptimo y su sensación de frustración será mínima (Ticona, 2017).

En conclusión, el tener un propósito de vida o una finalidad en mi existencia, implica una cierta exigencia individual o personal y un afán de lucha para cumplir metas precisas, en unas circunstancias concretas; repercutiendo en la salud mental de cada persona.

***Autoaceptación:*** La particularidad de esta subcategoría gira sobre el fundamento de que una persona asume su vida, pasada y presente, sus virtudes y defectos, sus potencialidades y limitaciones, tanto físicas como mentales, como parte del todo que él es (Urbano, 2017).

Esta subcategoría se encuentra establecida sobre dos peldaños uno viene a ser el autoconocimiento de mi propia persona, la cual tiene que ser una visión integral, real y sincera, para poder establecer equilibradamente objetivos a alcanzar y poner tener de esta manera una adecuada calidad de vida. El otro peldaño es la autoevaluación que consiste en juzgar de un modo justo y sincero mis valores, principios, flaquezas, debilidades, etc.; o cual me llevará a conseguir una percepción realista sobre mi comportamiento, mis emociones e intereses, para poder tener una adecuada autoestima y desarrollar una apropiada satisfacción (Martínez, 2016). En



definitiva, la autoaceptación es la cualidad positiva que posee el individuo con respecto a uno mismo, aceptándose como es, con sus defectos y virtudes.

***Relaciones positivas con otros:*** Esta subcategoría trata sobre la habilidad social de entablar conexiones estables y de calidad con las demás personas que me son próximas. Es tremendamente obvio y divulgado que el hombre siempre ha sido, es y será un ser social por naturaleza, de aquí surge esencialmente la necesidad de cada individuo de intentar buscar una relación social con un grupo determinado de personas para encontrar aceptación social (Chávez, 2015).

Las relaciones positivas con otras personas son muy importantes para el desarrollo y la tranquilidad de la salud mental de los individuos ya que aumentan la calidad de vida, por medio del desarrollo de las habilidades sociales o habilidades blandas que puede obtener cada uno según sus circunstancias sociales, adquiriendo una empatía y capacidad de comprensión e intimidad por los demás, previniendo enfermedades físicas y mentales e incrementando su bienestar psicológico. A su vez una inadecuada relación con los demás crea un sentimiento de frustración, aislamiento social e infelicidad (Luna, 2017). En conclusión, por esta subcategoría las personas forman vínculos de cordialidad con sus semejantes, desarrollando un conjunto de habilidades blandas y sociales.

***La otra categoría, estudiada en este proyecto de investigación, que posee el bienestar psicológico es el bienestar material*** la cual puede ser definida como la *capacidad adquisitiva objetiva que tiene la persona para poder satisfacer sus necesidades prioritarias*, tales como: comida, techo, servicios básicos (electricidad, gas, telefonía, agua), ropa y calzado, transporte, etc. Partiendo desde un punto de vista meramente capitalista, se puede decir que a un mayor grado de bonanza, se suele dar una mejora en las condiciones de vida de los individuos y por ende brinda un mayor nivel de satisfacción y felicidad (Ortiz, 2015). Ahora bien, es de importante relevancia tratar sobre algunas subdimensiones, necesarias para entender el bienestar material, que son los que a continuación les presento:

***Ingresos suficientes y estables:*** Esta subcategoría consigna si las personas pueden obtener los ingresos suficientes para poder conseguir un nivel de vida promedio según los estándares de la sociedad, en pocas palabras para que una persona pueda sentirse satisfecha, el dinero que gana tiene que ser el suficiente para llevar un estilo de vida que el individuo considere apropiado (Ayala, 2018).

***Equilibrio económico-financiero:*** Esta subcategoría hace referencia a la estabilidad que deben desarrollar los individuos para un balance adecuado entre sus ingresos y sus gastos, para no padecer un sobreendeudamiento que perjudica y aumenta las dificultades de padecer situaciones económicas adversas en un próximo futuro (Ortiz, 2015).

***La independencia económica:*** Esta subcategoría resalta la capacidad de las personas de poder realizar actividades de consumo y sobrevivencia, sin depender del patrimonio familiar originario, sino de manera autónoma e individual dependiendo solo de sí mismo (Ayala, 2018).

En conclusión, Los ingresos económicos son obviamente importantes para el bienestar de los individuos, posibilitando una satisfacción inmediata de sus necesidades privadas, ubicándolos en un grado óptimo de bienestar que les permita vivir bien y sin sobresaltos (Ortiz, 2015).

### **Modelo teóricos**

*Entre los principales modelos teóricos que se ha encontrado y que me permiten ahondar en esta temática, según mi línea de investigación y mi criterio como autor de la misma, tenemos los que a continuación les presento, según el orden y el nivel de relevancia para la misma:*

***Modelo sistémico de Casullo:*** Martina Casullo, define el bienestar Psicológico como la manera en la que una persona evalúa su vida, incluyendo como

componentes la satisfacción personal y vincular, la ausencia de depresión y las experiencias emocionales positivas (García, 2015).

Proponiendo que el bienestar psicológico debe ser analizado desde diferentes niveles de integración de las conductas de las personas. Teniendo en cuenta los indicadores económicos, las libertades políticas, las desigualdades sociales, respeto por la dignidad humana, desempleo crónico, estabilidad mental de los grupos sociales y conflictos bélicos. Sin embargo, también la subjetividad puede influir en la percepción, ya sea en un mayor o menor grado, del bienestar psicológico, teniendo como referencia una estructura tripartita que está formado por los estados emocionales (afecto positivo y afecto negativo), el componente cognitivo y las relaciones vinculares (Rodríguez, 2015).

Casullo propone que el bienestar psicológico, se divide en las siguientes dimensiones: aceptación de sí mismo, vínculos psicosociales, control de las situaciones, crecimiento personal, proyecto de vida y autonomía (Delgado, 2020). En resumen, el bienestar psicológico es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social. (Rodríguez, 2015).

***Modelo teórico de la determinación de Deci y Ryan:*** Este modelo se originó desde el punto de vista de la psicología humanista, porque toma como punto de partida un enfoque motivacional, donde se promueve que el bienestar psicológico gira sobre la correcta funcionalidad saludable de la psique humana, fundamentándose sobre la satisfacción de sus necesidades primarias como competencia, vinculación y autonomía; caminando de la mano con un conjunto de objetivos precisos y realistas, lo cual repercute en una influencia directa con el bienestar subjetivo de la persona (Chávez, 2015).

***Modelo multidimensional del bienestar psicológico:*** Este modelo teórico pertenece a Ryff, quien lo desarrolló en el año 1989, sugiriendo enfáticamente el desarrollo integral del ser humano por medio de la búsqueda de patrones de coyuntura constituidos por seis dimensiones, apropiadamente estructuradas (crecimiento personal, propósito de vida, dominio del entorno, autonomía, relaciones positivas con otros y autoaceptación) (Ticona, 2017).

Este paradigma añade desafíos que involucran a las personas que intentan conseguir una adecuada realización y funcionamiento de sus capacidades y potencialidades. Algunos de estos patrones producen cambios en la propia fisiología del individuo, que provocan sentimientos positivos en el control del estrés y estados de ánimo (Urbano, 2017). Este modelo plantea que el valor de bienestar psicológico puede variar durante la vida, dependiendo de su etapa evolutiva y de sus intereses personales o coyunturales de tipo social.

***Modelo situacional y personológicos “Bottom up” y “Top Down”:*** Este modelo teórico, Bottom up, sostiene que el bienestar psicológico se origina desde la experiencia de situaciones satisfactorias y placenteras o circunstancias dolorosas, que provocan placer o dolor, generando satisfacción en diversos ámbitos de la vida. Resaltando que los detalles positivos, tales como: hábitos saludables, capacidades óptimas y recursos necesarios, etc.; generan un correcto bienestar psicológico que permite crear maneras de autosuperación para alcanzar las metas propuestas por la vida (Matallana, 2019).

Por otro lado, el paradigma top down, afirma que las personas están orientadas naturalmente a ciertas situaciones, sean estas negativas o positivas, de acuerdo a las peculiaridades o rasgos de su personalidad. Estos rasgos de personalidad forman los parámetros para generar la plataforma para poder obtener bienestar, la cual depende de la percepción de felicidad subjetiva de cada individuo y de sus cualidades determinantes tales como: aptitudes, valores, afectos, entre otros.

***Teoría de las discrepancias:*** Este paradigma teórico, elaborado por Michalos en 1986, propone que el bienestar psicológico está determinado por muchos factores y no posee un único origen, siendo estos factores los que a continuación les presento: metas, logros, ideales, realidad social, realidad familiar, entre otros (Yataco, 2019).

De acuerdo a esta teoría el bienestar personal surge cuando se juzga las percepciones de vida y la realidad de sus condiciones reales. Si la dimensión del logro es mucho mayor que el nivel de la meta propuesta, la satisfacción será inmediata; si las condiciones se dan de modo contrario, es decir, si el logro alcanzado es menor que el objetivo prefijado surge la insatisfacción personal. También hay otros elementos que pueden perjudicar la satisfacción y el bienestar psicológico, tales como: pobreza, falta de atención médica primaria, déficit educativo, dificultades laborales, entre otras muchas (Ticona, 2017).

***El modelo de acercamiento a la meta:*** Este modelo teórico propone que el ser humano desarrolla su bienestar psicológico cuando se genera una satisfacción provocada por su actuación en busca de la consecución de sus metas personales. La repercusión de la meta, propuesta en este modelo, consiste en que existe una conexión perceptual entre el individuo, su satisfacción y la obtención de la meta alcanzada. Debido a que los individuos que se esfuerzan por conseguir un logro, deben hacerlo pensando en sus recursos reales, para que se dé una coherencia entre lo que quieren y lo que pueden conseguir, lo cual promueve el sentido de bienestar. Caso contrario, las personas deben optar por modificar sus objetivos, en función de obtener la meta planteada (Urbano, 2017).

### 2.2.2. *Comunicación familiar*

#### **Concepto de comunicación**

A continuación les presento *explícitamente las siguientes definiciones, que desde mi perspectiva son las más integrales y completas, sobre que es la comunicación:*

Es una capacidad inherente a la humanidad, natural y vivencial dependiente del contenido de término o seña, que siempre lo ha caracterizado. Siendo una serie de arreglos y convenios, que comienza en uno mismo y de los demás, que crea pérdidas y aportes, en un ambiente preciso, en el cual se encuentran incluidos un conjuntos de reglas en un contexto complejo y cambiante (Sevillano, 2018).

Es un mecanismo de interacción mediante el cual se negocian o se transmiten pensamientos, virtudes, emociones entre dos o más individuos con frecuencia y reciprocidad, sea en un contexto social o familiar de tipo abierto o cerrado, según las situaciones individuales de cada persona (Ríos, 2016).

Es la valoración del lenguaje como un medio imprescindible de relación entre individuos, convirtiéndose en una condición sin la cual no se puede dar el dialogo entre la interioridad de los individuos y sin la que queda anulada la conexión cultural del hombre (Pezutti, 2017).

Desde esta delimitación conceptual, se puede inferir que la comunicación es muy relevante para el crecimiento de la humanidad, porque nos permite, sentir, diagnosticar y responder a las estimulaciones de la realidad que nos rodea. Precisamente por esta peculiaridad se entiende a la comunicación como un sistema, en el cual el hombre participa en todo momento, en diferentes modos, tiempos y lugares, aunque a veces sin intencionalidad, para compartir la intimidad de su conciencia (López, 2016).

Pero no puedo excluir, que si se analiza la comunicación desde un punto de vista más clásico, la mayoría de las investigaciones nos señalaran que toda comunicación es, antes que cualquier otra cosa, un proceso en el cual interactúan un emisor, un mensaje, un receptor, un canal y un contexto; utilizando símbolos verbales y no verbales para expresar significados durante la transferencia de información. Sin embargo, a lo largo de esta investigación me enfocaré con mucho ahínco en la dimensión personal, social y formativa de la comunicación; por lo tanto, iniciando desde este matiz se le puede dar una orientación más complementaria o integral al análisis de la comunicación y su relación con la dinámica familiar que fijándome únicamente en la presentación sintética de un tema académico.

De la delimitación conceptual, realizada previamente, también se puede desprender que la comunicación esencialmente posee dos lineamientos neurálgicos uno en torno a su mundo personal de cada individuo y otro que gira sobre el influyente ambiente social en el que se genera. El rasgo individualista de la comunicación hace referencia al desarrollo de la personalidad de cada uno, debido a que si nuestro mundo interior se entrelaza con el contenido semántico de las palabras, se desarrolla una cosmovisión propia, gestando una estructura axiológica y de principios que caracterizan al sujeto. El rasgo social resalta que el lenguaje de los individuos que conforman la sociedad mantiene una comunicación colectiva que fluye al margen de la temporalidad y la ubicación geográfica.

Un cierto conjunto de averiguaciones han facilitado diferenciar varios modelos de comunicación humana, ésta puede cambiar según los caminos empleados para iniciar una aproximación con los demás, dependiendo de los individuos en cuestión y de las metas que se quieren adquirir. Por lo tanto, la comunicación puede resaltar como un acto creativo, en el cual cada uno contribuye activamente para resaltar la belleza de una estructura dinámica, fluida e integrativa. Que persigue la búsqueda de la intimidad psicológica del otro, a la vez que se da una apertura de nuestra propia interioridad, para formar una verdadera conexión que humanice al ser

humano, porque la comunicación nos sintoniza con el mundo, con la sociedad y con nosotros mismos.

En conclusión, se puede decir que la comunicación es un acto complejo, en el cual se reflejan muchas dimensiones tales como la lingüística, la psicología, la gramática, la sociología, entre otras. Dando surgimiento a una multitud de cuestionamientos sobre cómo entender o interpretar las palabras y sus significados, así como los elementos que en ellas participan (Chavarry, 2019).

### **Concepto de comunicación familiar**

Luego de realizar una exhaustiva sobre la naturaleza de la comunicación familiar y su dinámica, *presento a continuación una serie de definiciones, que nos podrían ayudar de dilucidar con claridad sus notas esenciales:*

Es un conjunto de habilidades comunicativas, bien definidas utilizadas en el contexto familiar por los diversos integrantes que conforman la estructura de la misma, ayudando a su propia dinámica para la consecución de una óptima cohesión y adaptabilidad (Ato, 2017).

Es una estructura funcional mediante la cual sus miembros edifican y comparten un grupo de términos y significados con una finalidad concreta y precisa, por los cuales pueden conectarse y compartir en la cotidianidad de la vida un lenguaje común a sus miembros (Tustón, 2016).

Es un medio que emplean los padres e hijos para dialogar y compartir sus funciones, actividades y metas, en el quehacer diario la vida familiar, para conseguir madurar en su cohesión interna y en su reciprocidad en vistas a la solución de su problemática presente (Pezutti, 2017).



Es bueno resaltar que desde su mismo origen terminológico, todo acto de comunicación reclama necesariamente la presencia solidaria del otro, porque sin el elemento clave que es la otra persona, no se puede establecer una conexión, la cual es la meta última y principal de todo proceso de comunicación. Ahora bien este elemento hace posible el abordar sistemáticamente la variable de la comunicación familiar porque sin el establecimiento de vínculos con los otros miembros de la familia, dejaría de existir ésta.

La familia siempre será la responsable de cultivar en sus miembros una cosmovisión integral, unos principios fundamentales, sus propios sueños, su propio credo sobre la esencia y la dignidad del ser humano y de la sana convivencia en sociedad, esta visión conforma la singularidad y el sello distintivo de cada familia a pesar de sufrir modificaciones debido al transcurrir de la historia, la cultura, la geografía, la tecnología, entre otras (Pezutti, 2017). De este modo cada familia se convierte en la primera escuela de comunicación entre las personas, facilitando un lenguaje, unos instrumentos y un modo específico de dar un sentido a la vida, al trabajo y la sociedad, para que puedan desenvolverse sanamente cada uno de sus miembros con capacidad de tolerancia, adaptación y manejo de conflictos (Tustón, 2016).

La comunicación es un eje angular en la vida familiar, porque toda familia tiene conexiones que poseen una carga intelectual, afectiva y perceptiva que une a todo el grupo, y que son reflejadas por medio de una acción que puede ser un lenguaje verbal o no verbal, cuyo mensaje puede ser bloqueado, dañado o aceptado por todos o cada uno de los elementos que constituyen la familia (Ríos, 2016).

### **Características de la comunicación familiar**

Luego de haber realizado un exhaustivo y profundo análisis conceptual, en el cual se ha intentado delimitar las notas constitutivas de la comunicación y que a su vez son aplicables a la comunicación familiar, *voy a continuar mostrando algunas*

*características esenciales sobre estas temáticas, son las que a continuación les presento:*

El primer rasgo es que toda comunicación es dinámica y activa porque está en permanente transformación debido a que está inmersa, independientemente de las situaciones o circunstancias personales de sus miembros, en cambios evolutivos, sociales, tecnológicos, culturales, entre otros.

El segundo rasgo resaltante es que la comunicación es una dinámica íntima y personal, porque repercute directamente en cada uno de los participantes, debido a que toda comunicación refleja y transmite una interioridad que le es propia a cada uno de los miembros familiares.

El tercer rasgo característico de la comunicación familiar es su permanencia, en la vida de todos los miembros que forman la vida familiar, porque toda comunicación familiar siempre debe ser constante, fluida y personal, sin importar el tiempo o el lugar en el que se da.

El cuarto rasgo esencial de la comunicación familiar es su equivalencia debido a que todos deben manejar la misma terminología y sus respectivos significados, para poder expresarse de un modo igualitario o parecido, sin preferencias de ningún tipo excepto la guardia del respectivo respeto.

El quinto y último rasgo constitutivo es la apertura porque toda realidad familiar siempre está abierta al diálogo y la comprensión por parte de cada uno de sus miembros, lo cual conlleva un cierto nivel de tolerancia entre sus miembros, independientemente de sus circunstancias individuales (Tuston, 2016).

## **Factores de la comunicación familiar**

*Luego de una ardua labor investigativa, considero que la comunicación familiar, posee dos factores muy claros, bien definidos y precisos, que son las que a continuación les presento, para su respectivo estudio:*

***Apertura intrafamiliar:*** Esta dimensión se fundamenta sobre la soltura que tienen sus miembros para compartir información, ideas, sentimientos y fomentar la comprensión (Pezutti, 2017). Pero a su vez puede seguir siendo analizada de modo más específico en las siguientes en las siguientes peculiaridades:

***Intimidad:*** Hace referencia a la profundidad y la relevancia que posee la comunicación. ***Reflexión:*** Hace referencia a la capacidad de pensar y de concientizar que posee la comunicación familiar para compartir ideas y solucionar problemáticas. ***Constructividad:*** Se relaciona con la habilidad de diseñar una estructura comunicativa capaz de unir a sus miembros. ***Confianza:*** Hace referencia a la aptitud de ser escuchado, comprendido y atendido por los demás miembros de la familia (Pezutti, 2017).

***Resolución de conflictos:*** Esta dimensión se basa sobre el principio que en todo grupo humano siempre existen problemas de funcionamiento, por este motivo, se hace imprescindible acudir a la capacidad del lenguaje para manejar y solucionar los conflictos. Promoviendo la expresión y la apertura del dialogo familiar para mejorar la convivencia con sus respectivos miembros, lo cual constituye un estilo de comunicación positiva que sea afectiva y asertiva al momento de expresar sus ideas (Pezutti, 2017).

## **Elementos de la comunicación familiar.**

Partiendo desde cualquier situación comunicativa se puede inferir, sin importar que sea un dialogo verbal, escrito o gestual, que aparecen una serie de

elementos resaltantes; por ejemplo: una persona después de tener necesidad y de pensar en lo que va a decir, comienza a hablar, este mensaje es expuesto a otro individuo en un lugar y tiempo determinado. Se puede decir, partiendo de este ejemplo, que cualquier modo de comunicación siempre necesita de un grupo de elementos constitutivos para que la acción de comunicarse se pueda realizar (Chavarry, 2019). *Los elementos que aparecen en la comunicación familiar, son lo que a continuación les presento:*

***El emisor:*** Que viene a ser la persona que consciente o inconscientemente transmite un mensaje, eligiendo el tipo de comunicación de su preferencia (Ríos, 2016).

***El receptor:*** Es aquel individuo al que va dirigido la comunicación, decodificando y asimilando el mensaje del emisor, convirtiéndose en el destinatario, principal o secundario, de la comunicación (Francisco, 2019).

***El contenido:*** Viene a ser el mensaje en sí mismo o lo que se quiere transmitir.

***El código:*** El cual puede ser un conjunto de reglas semánticas y gramaticales adecuadas para expresar el mensaje o un conjunto de gesto o señales preestablecidas que sirven para el mismo fin (Chavarry, 2019).

***El canal:*** Viene a ser el medio gestual o físico por el cual se transmite el código (Ríos, 2016).

***El contexto:*** Que son las Situaciones que rodean a la acción de comunicarse.

En conclusión, los elementos expuestos anteriormente, siempre aparecen en cualquier comunicación sea de tipo personal, social o familiar, sin importar que esta sea verbal, escrita o gestual, tanto en una sola dirección como en situación de bidireccionalidad.

### **Tipos de comunicación familiar**

*Después de haber realizado una exhaustiva investigación de fuentes sobre esta temática, puedo inferir que la variable de comunicación familiar se puede*

*sintetizar en dos tipos que por su peculiar relevancia e importancia, son los que a continuación les presento:*

***Comunicación verbal:*** Es la que se realiza por el medio de palabras, escritas o habladas, facilitando una idea precisa sobre el sentido de las mismas, aunque carente de expresiones emocionales y gestos corporales, lo que la convierte en un camino muy ambiguo para interpretar las intenciones del emisor porque estas pueden ser muy confusas. Este tipo de comunicación es la más utilizada claro está que puede completarse o integrarse con la comunicación no verbal, para poder darle más firmeza a la hora de transferir el mensaje al receptor (Ríos, 2016).

En conclusión, la comunicación verbal puede emplearse para dar a conocer ideas y sentimientos, transfiriendo desde pensamientos simples hasta grandes discursos, reflejando desde experiencias, conocimientos científicos hasta conexiones emocionales (Tustón, 2016).

***Comunicación no verbal:*** Es aquel tipo de comunicación que se realiza por medio del lenguaje corporal, desde gestos, posturas, reacciones corporales, hasta el mismo silencio, entre otros. Siendo uno de los medios de comunicación más certeros o fieles para interpretar la realidad de las intenciones del emisor, aunque reclama mucha atención deductiva (Chávez, 2016).

La comunicación no verbal se integra muy bien al tipo de comunicación verbal, la unión de ambas hace que se transfieran a la vez tanto las ideas como las emociones, haciendo que el mensaje se convierta en lo más verídico y certero posible, para su aceptación por el receptor (Tustón, 2016).

## **Niveles de comunicación familiar**

*Después de analizar el interior del acto comunicativo se puede afirmar o sostener, que la comunicación familiar posee diferentes niveles que son propios de la acción de comunicar, estos son los que a continuación les presento:*

***Comunicación informativa:*** Este es el nivel más básico de comunicación porque simplemente se expresan los hechos o el mensaje sin más aspavientos, es decir, únicamente se expresa la información y listo, el proceso termina, sin pensar mucho en la reacción o el interés que puede despertar en el receptor (Tustón, 2016).

***Comunicación racional:*** Este nivel de comunicación suele ser más complejo que la comunicación meramente informativa llegando a la especulación, se considera sobretodo un proceso formativo o manipulativo porque intenta no solo dar información sino moldear la personalidad del otro, por medio de la implantación de ideas, principios, virtudes o pautas de conducta (Tustón, 2016).

***Comunicación emotiva o asertiva:*** Este es el nivel de comunicación más profundo que existe, consistiendo en la sintonía de emociones, afectos o sentimientos hacia las personas que nos rodean, convirtiéndose en una comunicación más privada e íntima, con la cual se da una apertura honda hacia la afectividad de los demás, para descubrir sus necesidades más hondas, tales como; miedos, afectos, alegrías, entre otros (Tustón, 2016).

En conclusión, se puede inferir que el nivel más alto de comunicación es el emotivo o asertivo, porque nos permite entablar una conexión más profunda entre los miembros de la familia.

## **Estilos de comunicación familiar**

*Partiendo de una muy profunda investigación especulativa, puedo sostener que el acto de comunicar, posee diversos estilos, que pueden ser utilizados según el*

*individuo lo crea conveniente y las circunstancias que rodean las situaciones familiares. Entre los principales estudios de comunicación familiar, tenemos los que a continuación les presento:*

***Estilo agresivo de la comunicación familiar:*** Este estilo de comunicación familiar se da cuando un miembro de la comunidad familiar se comunica sin tener en cuenta el punto de vista del interlocutor, tratando de imponer su opinión sin considerar los derechos de las otras personas. Entre las principales formas en las que se suele dar este estilo agresivo de la comunicación tenemos: Insultos, amenazas, voz alta, desconsideraciones, entre otras. Todo con tal de sobresaltar su autoridad y superioridad, sin darse cuenta que no está escuchando la opinión de la otra persona, menospreciando la perspectiva del que tiene cerca, llegando incluso a discusiones frecuentes y prolongadas (Francisco, 2019).

***Estilo pasivo de la comunicación familiar:*** Utilizando este estilo de comunicación, el individuo como miembro de un clan familiar dialoga con otra persona, sin hacer respetar su propio punto de vista ni sus derechos. Evitando manifestar directamente sus ideas, necesidades o sentimientos, de forma que al no manifestar su problemática no puede solucionar las complicaciones que le aquejan sino que las reprime consciente o inconscientemente, es por esta razón que este estilo de comunicación es considerado, por muchos autores, como un medio autodestructivo de su propia personalidad (Borjorge, 2016).

Los individuos que emplean frecuentemente este estilo de comunicación pasivo, se caracterizan por padecer una baja autoestima, reflejando una constante inseguridad, dependencia o frustración, mostrando actitudes como bajar la mirada, sudoración, postura hundida, vacilaciones al hablar, voz baja, entre otras.

***Estilo asertivo de la comunicación familiar:*** Al aplicar este estilo de comunicación dentro de la dinámica familiar, los individuos del mismo grupo aprenden a manifestarse de modo adecuado, firme, directo, respetuoso y honesto; sin dañar ni ofender al receptor de su mensaje. Favoreciendo las relaciones afectuosas,

buscando siempre resolver los conflictos a la vez que buscan su desarrollo e integridad personal. Las señales de las personas que practican esta actitud son aquellos que tienden a observar a los ojos, una voz firme, movimientos tranquilos y una conversación fluida, lo cual demuestra una autoestima alta por parte de estos individuos (Francisco, 2019).

### **Modelo teórico de Circumplejo de Olson**

En este apartado me gustaría analizar una de las más resaltantes teorías sistémicas que han sido utilizadas para profundizar la naturaleza de la comunicación familiar, me refiero al modelo circumplejo de sistemas familiares, diseñado por el Dr. H.olson (entre 1979 a 1989), como una iniciativa de agrupar tanto la investigación teórica como la práctica, juzgando la variable de la comunicación, asumiendo que entre más adaptada y cohesionada sea una familia mejor serán sus procesos comunicacionales y por el contrario entre menos adaptada y cohesionada sea una familia sus estados comunicacionales serán escasos (Sigüenza, 2015).

Este modelo gira sobre el comportamiento del sistema familiar y la dinámica de tres dimensiones que son: la cohesión, adaptabilidad y comunicación. Funcionando de la siguiente manera, por un lado la cohesión es la conexión sentimental que los miembros de la familia tienen los unos por los otros, la adaptabilidad familiar es la habilidad del sistema para flexibilizar su paradigma de poder, las relaciones entre los roles y las reglas de las relaciones en respuesta al conflicto de situaciones estresantes y al propio del desarrollo (Montoya, 2019).

Según Olson, la comunicación es la dimensión facilitadora y crítica para que haya cohesión y adaptabilidad en la familia. De ahí, que las habilidades de comunicación positiva, tales como empatía, escucha reflexiva y apoyo, faciliten a las parejas y familias compartir entre sí sus necesidades y preferencias cambiantes con respecto a la cohesión y a la adaptabilidad. Las pautas negativas tales como dobles mensajes, dobles vínculos y críticas, disminuyen la habilidad para compartir los



sentimientos y restringen por tanto la movilidad de la pareja o de la familia en sus vinculaciones emocionales y capacidad de la familia para cambiar (Bazo, 2017).

*Cohesión Familiar.*- Se define como el nivel de unión emocional que unifica a los miembros de la familia y el grado de autonomía individual que cada persona percibe dentro de la familia. Este vínculo emocional, está relacionado con el apego o desapego presente entre los miembros de la familia. La cohesión familiar, en el modelo Circumplejo establece indicadores como cercanía emocional, límites, fronteras, coaliciones tiempo, espacio, amistades, toma de decisiones, intereses y recreación, según los cuales establece estilos familiares que son cuatro: desligada, separada, unida o conectada y amalgamada o enredada (Montoya, 2019).

*Adaptabilidad familiar.*- Se define como la flexibilidad de una familia para adecuarse a diferentes situaciones de la vida que se pueden presentar, produciendo cambios a su dinámica interna ya sea en el ejercicio del poder, las normas establecidas y las funciones que realiza cada miembro. Las variables que se evalúan en el modelo Circumplejo de Olson, en adaptabilidad son: la estructura de poder, estilos de negociación, las relaciones de los roles y retroalimentación, las cuales determinan a las familias en estos cuatro tipos: caótica, flexible, estructurada y rígida (Bazo, 2017).

*Comunicación Familiar.*- Es considerada como una dimensión facilitadora dado que, en sus niveles saludables, permitiría la movilidad del sistema en las dos dimensiones anteriores, ya que si se cambia el estilo comunicacional de las familias, muy probablemente se podría modificar el tipo de cohesión y adaptabilidad familiar, involucrando la capacidad de escucharse, de hablar, de tener respeto por las opiniones de los demás y de compartir los sentimientos (Sigüenza, 2015).

*Tipos de familia según el Modelo Circumplejo de Olson y colaboradores* se puede determinar cuatro tipos posibles de familia de acuerdo a la variable adaptabilidad y también cuatro para la variable cohesión, que a continuación se desarrolla.

*Tipos de familia según el criterio de adaptabilidad, tenemos los siguientes:*  
Caótica.- Determinada por la ausencia de liderazgo, cambio imprevisible de roles, disciplina irregular y demasiados cambios. Flexible.- Liderazgo y roles compartidos, disciplina democrática y cambios cuando son necesarios. Estructurada.- Liderazgo y roles en ocasiones compartidos, cierto grado de disciplina democrática y los cambios suceden cuando se solicitan. Rígida.- Liderazgo autoritario, roles fijos, disciplina restrictiva y ausencia de cambios (Montoya, 2019).

*Tipos de familia según el criterio de Cohesión, tenemos los siguientes:*  
Desligada.- Primacía del “Yo”, ausencia de unión afectiva entre los familiares, ausencia de lealtad a la familia y alta independencia personal. Separada.- Primacía del “Yo”, con presencia del “nosotros”, moderada unión afectiva entre los familiares, cierta lealtad e interdependencia entre los miembros de la familia, aunque con cierto sesgo hacia la independencia. Conectada.- Primacía del “Nosotros” con presencia del “Yo”, considerable unión afectiva entre los familiares, cierta lealtad, fidelidad e interdependencia entre los miembros de la familia, aunque con algún sesgo hacia la dependencia. Amalgamada.- Primacía del “nosotros”, máxima unión efectiva entre los familiares, alto grado de dependencia a las decisiones tomadas en común (Sigüenza, 2015).

### **2.2.3. Covid 19**

#### **Situación actual del Covid 19**

El brote de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19), causado por el virus del síndrome respiratorio agudo severo tipo-2 (SARS-CoV-2), ha sido declarado como una pandemia global en este 2020. Cuyas tasas de letalidad se estiman entre 1% y 3%, afectando principalmente a los adultos mayores y a aquellos con comorbilidades, como hipertensión, diabetes, enfermedad cardiovascular y cáncer (CNCF, 2020).

*Actualmente, toda la información que tenemos sobre el Covid 19, nos señala que es una enfermedad altamente transmisible con una tasa de letalidad entre baja y moderada, dependiendo de las comorbilidades, la situación geográfica y la precaria atención a las necesidades de salud y conductual de las minorías socialmente vulnerables para una adecuada atención en salud (APA, 2020).*

Es de resaltar que en este contexto sanitario, los países latinoamericanos, en un inicio, demostraron una actitud de inoperancia, rapiña y parálisis, ignorando que esta enfermedad golpea más fuerte a los sistemas de salud que a los individuos, teniendo como resultado el colapso en los centros de atención de las regiones más afectadas, lo cual a su vez contribuye con un retraso en la atención primaria a los pacientes. Así también como se ha visto grandes gestos de la población civil ya sea a nivel solidario o de unidad conjunta (CNCF, 2020).

En definitiva, la tarea a la que se enfrentan ahora las diferentes entidades gubernamentales consiste en tratar de equilibrar las medidas de aislamiento preventivo con aquellas destinadas a aminorar el daño económico y social, generado por el aislamiento obligatorio y el cierre de fronteras. Se puede asumir que la vida rutinaria de los países que convencionalmente viven no se podrá recuperar en un buen tiempo, regresar a un estado de normalidad, de cotidianidad poco alterada, todavía es algo lejano, lo único que queda es la interrupción prácticamente total de las costumbres diarias (Sequera, 2020).

### **Consecuencias para el área de la psicología**

*Desde un doble punto de vista, analizando que puede hacer la psicología tanto para el área de personal que trabaja para combatir al Covid 19, como por el lado del paciente que es atendido durante su padecimiento de la enfermedad. Por lado del personal, es bueno recalcar que no existe vacuna probada y demostrada que les*

permita atender a los pacientes con sospecha o afectados por COVID-19 sin temor a infectarse, a la vez que permitiría al resto de la población inmune regresar a sus puestos de trabajo, para lentamente iniciarse el restablecimiento de la economía mundial y el orden social, trastornados por una pandemia (Sequera, 2020).

En un estudio en China se observó que la tasa de ansiedad del personal de salud fue del 23,04%, mayor en mujeres que en hombres y mayor entre las enfermeras que entre los médicos. Asimismo, en la población general de China se observó un 53,8% de impacto psicológico moderado a severo; un 16,5% de síntomas depresivos, un 28,8% de síntomas ansiosos y un 8,1% de estrés, todos entre moderados y severos. De la misma manera, la epidemia por el COVID-19 tiene un impacto psicológico en la población general con consecuencias en la salud física y mental, que podrían estar caracterizadas por incertidumbre, insomnio, ira, temor a ser infectado, aumento del consumo de alcohol o de cigarrillos, aislamiento social, desarrollo del trastorno de estrés post traumático, trastornos de ansiedad, trastorno depresivo, somatización y la percepción de la pérdida de la salud (Lozano, 2020).

*En la lucha contra la epidemia del Coronavirus (COVID-19), el personal de salud puede experimentar problemas de salud mental tales como estrés, ansiedad, síntomas depresivos, insomnio, negación, ira y temor. En el Perú durante la epidemia se puede presenciar un impacto psicológico negativo en el personal de salud, desencadenando estrés, temor, confusión, ira, frustración, preocupación, aburrimiento, soledad, estigma, ansiedad, desesperanza, culpa, depresión y suicidio (CNCF, 2020).*

Para ayudar a los trabajadores de salud se debe crear equipos de intervención psicológica, que comprenden cuatro subgrupos de atención al personal de salud, para: El equipo de respuesta psicológica, que coordina la gestión de tareas de trabajo y de comunicación. El equipo de soporte técnico, que es responsable de las normas y de los materiales de intervención psicológica. Además, provee las guías clínicas de intervención y asume la supervisión. El equipo especializado de salud mental, que

participa en la intervención clínica y en la evaluación del personal de salud y de los pacientes. El equipo de asistencia psicológica telefónica, que brinda orientación para lidiar con los problemas de salud mental. Está compuesto por voluntarios que han recibido entrenamiento de asistencia psicológica para enfrentar la epidemia COVID-19 (Lozano, 2020).

*Por lado de los pacientes, como primera consecuencia tenemos los efectos cardiorrespiratorios que puede sufrir el paciente diagnosticado con Covid que pueden desencadenar en una muerte prematura. Sin embargo, desde mi punto de vista, considero que entre las principales consecuencias psicológicas del padecimiento del Covid 19, tenemos los que a continuación les presento:*

*Primero, cambios ligados a la falta de atención a pacientes, en tal sentido, es necesario la formación de equipos de salud mental de intervención en crisis, el uso de plataformas digitales, comunicación online, entrevistas por telemedicina y el uso de instrumentos breves de detección de problemas de salud mental, validados en nuestra población, serían de mucha utilidad para los desafíos que le depara a la salud pública en nuestro país (Huff, 2020).*

*Segundo, riesgo a padecer un cuadro agudo de delirio, debido a que los pacientes de la unidad de cuidados intensivos que se encuentran críticamente enfermos, desarrollan en general y hasta un 80% un cuadro de delirio, en parte provocado por la ausencia familiar, porque los miembros de la familia generalmente no pueden visitar, no pueden practicar el tipo de participación familiar que puede ser útil, como contar historias o recordarle al paciente que su programa favorito está a punto de comenzar (Sequera, 2020).*

*Tercero, desarrollar signos distintivos del síndrome de post cuidados intensivos, este síndrome describe una combinación de posibles efectos secundarios de los tratamientos de cuidados intensivos, que van desde problemas de salud mental como la ansiedad y el trastorno de estrés postraumático provocado por la culpa del*

*sobreviviente*, al recuperarse del virus, hasta problemas cognitivos y cambios físicos, como debilidad muscular, fatiga severa y neuropatías (Huff, 2020).

*Cuarto, desarrollar signos de depresión*, es cierto, que esta pandemia ha generado situaciones tales como: encierros, pérdida de empleos, pobreza agudizada y muertes masivas, que muchas personas no han estado preparados para afrontar, lo cual les ha generado un cuadro de depresión (Clay, 2020).

*Y por último tenemos, que los pacientes con Covid pueden llegar a padecer un cuadro de ansiedad y agorafobia*, en parte provocado fisiológicamente porque el cerebro está programado para ponerse ansioso tan pronto como nos quedamos sin aliento". Son más vulnerables a cualquier evento estresante. También existen algunas personas cuyas vidas están más perturbadas que otras, si son responsables de miembros vulnerables de la familia, o si no lo hacen. No tengo la capacidad económica para soportar la pérdida de ingresos durante este período de tiempo. Hay personas que amamos y nos preocupamos por ellas, y estamos ansiosos cuando están enfermas (Huff, 2020).

### **Tratamiento y cuidados psicológicos**

A continuación abordaremos los cuidados psicológicos que se deben tener con respecto a ambos grupos, por un lado los cuidados que se deben tener con el personal de salud y por el otro con los pacientes que padecen de Covid 19, sin más que decir, pasemos a abordar este apartado.

*Con respecto a los cuidados que se deben tener hacia los profesionales de la salud, que actualmente están trabajando con pacientes Covid, me gustaría decir que se debe:* intentar proteger al personal del estrés crónico para que pueda cumplir con sus responsabilidades, también se debe alternar a los trabajadores con funciones de alto estrés con otras de menor estrés, asegurar que el personal trabaje en equipo o en parejas, incentivar y monitorizar los descansos en el trabajo mediante horarios

flexibles, facilitar y garantizar el acceso a los servicios de salud mental y apoyo psicosocial (Lozano, 2020).

Partiendo desde mi punto de vista, luego de una exhaustiva investigación personal, puedo inferir según las consecuencias psicológicas que el Covid 19 ha generado en la población, que los psicólogos tenemos una gran labor post coronavirus para ayudar a los pacientes a superar los daños ocasionados por esta pandemia, *por tal motivo me atrevo a recomendar los siguientes cuidados que se deben tener presentes:*

*Se debe promover la atención a pacientes que han sufrido de Covid 19, por medio de líneas de atención telefónica, teleterapia por medio del uso de diferentes páginas web, entre otros.* Para poder acoger a las personas que actualmente necesitan un apoyo o un acompañamiento psicológico necesario para poder afrontar su pronta recuperación física y mental (Clay, 2020).

*Para poder ayudar a pacientes que padecen estrés postraumático, el psicólogo debe intentar mitigar los problemas que se observan.* Siendo uno de los primeros pasos el realizar una entrevista para evidenciar un conjunto de acciones o síntomas relacionados con la presencia de Covid 19, uno de esos aspectos debe ser la violencia que el paciente ha podido generar en su hogar, para poder ofrecer apoyo y recursos a las personas en riesgo, educar a las comunidades sobre el problema, abogar por servicios accesibles y aprender a brindar atención integral en el área psicológica. Considerando que esta población se enfrenta a sus propios factores estresantes especiales, que incluyen turnos prolongados de trabajo en casa y aislamiento, temores de infección y preocupaciones sobre la situación familiar actual, entre otros (De Angelis, 2020).

*Para poder ayudar a pacientes que experimentaron delirios o alucinaciones,* no olvidando que el delirio es un fenómeno médico relacionado con su estadía en la instancia de cuidados intensivos, intentando que el paciente procese lo que ha pasado,

lo que puede implicar la reconstrucción de las lagunas en sus recuerdos, haciendo preguntas abiertas y escuchando realmente a los pacientes mientras intentan ir más allá de su aterrador encuentro con el virus (Huff, 2020).

*Con lo que respecta a los cuadros de ansiedad que pueden padecer los pacientes que han pasado por un periodo de cuidado debido al contagio de Covid-19, los psicólogos pueden trabajar con el paciente en estrategias de relajación y ejercicios de respiración, como la técnica de respiración con los labios fruncidos que a veces se enseña a personas con enfermedad pulmonar obstructiva crónica. Siempre teniendo presente que “muchas personas expresan ansiedad por infectarse o tener un ser querido infectado, o por las pérdidas y preocupaciones relacionadas con las finanzas, el trabajo y el futuro” (De Angelis, 2020).*

Además, practique la terapia de exposición con los pacientes, alentándolos a aumentar lentamente su nivel de actividad trabajando con un fisioterapeuta, en esencia enseñándoles que pueden sentirse sin aliento sin morir. También se pueden utilizar técnicas cognitivas conductuales, como ayudar a los pacientes a replantear sus pensamientos sobre la falta de aire y otros síntomas físicos. Los psicólogos pueden ayudar a garantizar que los pacientes comprendan las recomendaciones de salud de COVID-19 y alentarlos a crear y mantener horarios para el ejercicio y las comidas, y pueden ayudar a recordarles que deben tomar los medicamentos a tiempo y estar listos para las citas de acompañamiento (APA, 2020).

Los psicólogos también pueden instar a sus pacientes a identificar y participar en actividades positivas de cuidado personal, como disfrutar de una taza de té, tejer, leer, cocinar y más. También deben alentar a los pacientes a interactuar con personas de apoyo, ya sea en el hogar o virtualmente, limitando la exposición a las noticias y los medios si es angustiante. (Clay, 2020).

*Intentar estar pendiente de pacientes que padecen un estado depresivo, porque el aumento en las tasas de suicidio no es inevitable, las intervenciones de*



crisis a nivel de población son una forma clave de ayudar a prevenir que ocurran tales muertes, por ejemplo, si un paciente tiene pensamientos suicidas, se debe trabajar psicológicamente sobre la erradicación o disminución de esas ideas irracionales, para que se pueda superar esos sentimientos (De Angelis, 2020).

### **Desafíos en el campo de la psicología**

*Después de una rigurosa investigación sobre el tema, se puede inferir que la dimensión del impacto que ha tenido el Covid 19, en la estabilidad mental de las personas, las familias y las comunidades se experimentará durante varios años (APA, 2020), por tal motivo, los profesionales de la carrera de psicología deben tomar las medidas correspondientes, para poder abordar esta problemática.*

*Algunas de estas medidas van desde la creación de líneas telefónicas de apoyo en las que se gire sobre sesiones de psicoterapia, enfocadas en la ansiedad, los conflictos con familiares y compañeros de trabajo, el desempleo, las dificultades económicas y la inestabilidad emocional, para que todas aquellas personas que estuvieron enfermas y han desarrollado problemas psicológicos durante el aislamiento sean atendidas oportunamente (Clay, 2020).*

También se puede crear páginas web, en las cuales se pueda atender a pacientes mediante videoconferencia, ayudando a los pacientes por medio de un consultorio virtual, que sea seguro en estos tiempos de pandemia o durante un rebrote de la pandemia, pudiendo interactuar con los pacientes por medio de la página web, por correo o por otro medio electrónico que le sea posible (De Angelis, 2020).

Se debe recalcar que en todo este proceso, las intervenciones deben ser breves y orientadas a mejorar cualquier aumento en los niveles de angustia, al normalizar, discutir cómo mantenerse a salvo, comprender cómo están interpretando los eventos actuales y más. Estas intervenciones pueden ser tanto individuales como grupales,

debido a que los medios virtuales lo permiten, por lo tanto el trabajo de psicoterapia grupal es posible (APA, 2020).

### **III. HIPÓTESIS**

#### ***3.1 Hipótesis General***

Hg: Existe relación significativa entre la influencia del bienestar psicológico y la comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19.

#### ***3.2 Hipótesis Específicas***

He 1: Existe relación significativa entre la dimensión bienestar subjetivo y la comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19.

He 2: Existe relación significativa entre la dimensión de bienestar material y la comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19.

## IV. METODOLOGÍA

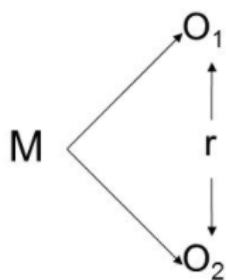
### 4.1 *Diseño de la investigación*

La presente investigación fue de tipo cuantitativo, porque busca cuantificar los datos obtenidos, para conseguir resultados más confiables utilizando este método (Hernández, 2014). Por tal motivo, describe el estado real del bienestar psicológico y su correspondencia con la comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque 2020.

Empleando un nivel correlacional, porque esta investigación nos permitirá medir el grado de relación que hay entre las dos variables. El diseño correlacional se orienta a la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos o el grado existente entre dos fenómenos o eventos observados (Hernández, 2014).

Su diseño es no experimental, transaccional, porque su propósito es recolectar datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández, 2014).

El diagrama de este diseño sería el siguiente:



Donde:

M= muestra

O= Observación

O1= Variable 1

O2= Variable 2

r= Relación

#### **4.2. Población y muestra**

La población fue constituida por un grupo heterogéneo, conformado por 100 comerciantes, que actualmente se encuentran laborando, teniendo entre 19 a 53 años, que son los que se encuentran bajo de régimen laboral de independientes.

La muestra fue constituida por 100 comerciantes, debido a la pequeñez de la población, se optó por una muestra de tipo poblacional.

Como bien señalé anteriormente, el estudio muestral será de tipo poblacional y no probabilístico, porque los motivos referentes a la causa de selección depende de las propiedades de la investigación y de los criterios del investigador (Hernández, 2014), estos comerciantes pertenecen al rubro de la compra y venta de arroz, siendo independientes en su trabajo.

Asimismo, se consideraron los siguientes criterios de inclusión y exclusión, para ser considerado parte de la muestra:

- *Criterios de Inclusión.*- Entre los criterios para ser considerado como parte de la muestra, están los que a continuación menciono:
  - ✓ Comerciantes que aceptan participar en el estudio.
  - ✓ Comerciantes que se encuentran trabajando en el Mercado Moshoqueque.
  - ✓ Comerciantes que hayan respondido a la totalidad de los ítems del test.
  - ✓ Comerciantes que no estén consumiendo bebidas alcohólicas.
  - ✓ Comerciantes que cuentan con las debidas medidas de seguridad, por el estado de emergencia.

- *Criterio de Exclusión.*- Entre los criterios para no ser considerado como parte de la muestra, están los que a continuación menciono:
  - ✓ Comerciantes que no están o han abandonado su puesto de labores.
  - ✓ Comerciantes que recién han sido diagnosticados con Covid-19 (Para evitar contagiarme durante la aplicación de los instrumentos, por tener contacto con personas asintomáticas).
  - ✓ Comerciantes que por motivo de salud no pudieron estar presentes en la aplicación del test, por estar padeciendo alguna enfermedad.

Entre las evidencias, que demostrarán la aplicación de los instrumentos adecuados, serán tanto las fotos como el consentimiento informado.

#### ***4.3. Definición y operacionalización de variables***

##### ***Variable 1: Bienestar psicológico***

###### ***Definición conceptual***

Es el diagnóstico subjetivo y personal que tiene un individuo sobre sí mismo y sobre su interioridad, llegando a su propia valoración en diversos ámbitos de la vida, tales como: trabajo, sociedad y familia (Ayala, 2018).

###### ***Definición operacional***

Se evaluará los efectos o resultados cuantitativos de la comunicación familiar en relación con el bienestar psicológico.

##### ***Variable 2: Comunicación Familiar***

###### **Definición conceptual:**

Es el camino por medio del cual, cada uno de los integrantes de una familia comparten sus ideas, pensamientos, sentimientos y emociones; logrando conectarse y coexistir juntos (Tarazona, 2019).

**Definición operacional:**

Es la habilidad de los comerciantes del mercado Moshoqueque que permitirá diagnosticar su relación con sus familias.

<i>VARIABLE</i>	<i>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</i>	<i>DEFINICIÓN OPERACIONAL</i>	<i>DIMENSIONES</i>	<i>NIVELES /VALORES FINALES</i>	<i>ITEMS</i>
Bienestar Psicológico	Es el diagnóstico subjetivo y personal que tiene un individuo sobre sí mismo y sobre su interioridad, llegando a su propia valoración en diversos ámbitos de la vida, tales como: trabajo, sociedad y familia.	Se evaluará los efectos o resultados cuantitativos de la comunicación familiar en relación con el bienestar psicológico.	Bienestar subjetivo	Bajo  Medio bajo  Medio  Medio Alto	Ítems: 1,2,3,4,5, 6,7,8,9,1 0,11,12,1 3,14,15,1 6,17,18,1 9,20,21,2 2,23,24,2 5,26,27,2 8,29 y30.
			Bienestar material	Alto	Ítems: 31,32,33, 34,35,36, 37, 38,39 y 40.
Comunicación familiar	Es el camino por medio del cual, cada uno de los integrantes de una familia comparten sus ideas, pensamientos, sentimientos y emociones; logrando conectarse y coexistir juntos.	Es la habilidad de los comerciantes del mercado Moshoqueque que permitirá diagnosticar su relación con sus familias.	Sin dimensiones.	Alto  Medio  Bajo	Ítems: 1,2,3,4,5, 6,7,8,9 y 10.

#### **4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

##### **Técnica**

La técnica empleada para la medición de las variables y su respectiva especificación fue la encuesta, la cual sirvió para recoger los datos de una muestra apropiada, a través de la aplicación de la “Escala de comunicación familiar” (Fcs) y la “Escala de Bienestar Psicológico” de José Sánchez Canabos, que servirán para la recolección de la debida información de forma directa y su posterior procesamiento (Hernández, 2014).

##### **Instrumento**

###### ***“Escala de Bienestar Psicológico” de José Sánchez Canabos.***

Esta escala facilita valorar el nivel de bienestar general de un individuo partiendo de la información subjetiva sobre su grado de satisfacción en diferentes ámbitos de su existencia. Se conforma de unos 65 ítems y se divide en cuatro subescalas: Bienestar Psicológico Subjetivo, Bienestar Material, Bienestar Laboral y Relaciones con la Pareja.

Estas subescalas pueden utilizarse aleatoriamente (Excepto las dos primeras, que siempre se utilizaran unidas) o de forma conjunta. Por medio de esta manera, el EBP Facilita la recolección de datos de modo rápido y corto y fácil, especificando el nivel de felicidad general de la persona y del nivel de satisfacción con sus bienes materiales y sus ingresos económicos, con su labor y con la relación con la pareja, Todas estas divisiones intrínsecamente unidos con el bienestar psicológico general de una persona.



El grado de respuesta es de nivelación tipo Likert de cinco puntos, con dos sistemas de valoraciones distintas que van desde 1 punto (Nunca o Casi Nunca) hasta 5 puntos (Siempre) para el caso de las subescalas de Bienestar Subjetivo, Material y Laboral, y una significación desde 1 punto (Totalmente en desacuerdo) hasta 5 puntos (Totalmente de acuerdo) para la utilización de la subescala de Bienestar en las Relaciones con la Pareja.

En referencia, a la confiabilidad de la EBP, la versión definitiva de esta escala sostiene coeficientes de consistencia interna a través del Alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) de 0.941 para la escala combinada (65 ítems) y de 0.886 para la escala ponderada (24 ítems). En cuanto a la consistencia interna para cada una de las subescalas reporta: en Bienestar Subjetivo un  $\alpha= 0.935$ ; para la subescala de Bienestar Laboral de 0.873; para la subescala de Bienestar Material de 0.907; para la subescala de Bienestar en las Relaciones con la Pareja de 0.870.

### ***Escala de comunicación Familiar (FCS)***

La escala de comunicación familiar que se utilizará es la diseñada por los autores Barnes y Olson, ésta fue diseñada en el año de 1985, Está constituida por 10 ítems, puede ser utilizada de modo personal o comunitario, es de tipo Likert donde las respuestas constan de 5 alternativas, cuya valoración va desde 1 (fuertemente discrepar) hasta 5 (fuertemente de acuerdo), asimismo en la adaptación diseñada por López, Villareal y Paz, en el año 2016, en la ciudad de Lima, la valoración está compuesta desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 5 (totalmente de acuerdo), con una puntuación máxima de 59 y mínima de 10. Además, los niveles a obtener son bajo, medio y alto.

En cuanto a validez de dicho estudio se realizó el análisis factorial exploratorio, por lo cual, el valor de la varianza explicada es de 56.5% lo que supera el mínimo requerido de 40%, donde las cargas factoriales oscilan entre

0.510 y 0.814. Asimismo, se realizó también el análisis factorial confirmatorio, donde se hizo uso del Índice de Bondad de Ajuste (GFI) el cual puntuó .99 a 1.00, obteniéndose un adecuado ajuste del modelo. Se determinó la confiabilidad por medio de la consistencia interna de Alfa, que reporta un valor de .88, y por el coeficiente omega de .88, cuyas apreciaciones es aceptable (Manrique 2019).

Al respecto de la confiabilidad se empleó la consistencia interna, aplicando el coeficiente de alpha de cronbach, arrojando dicho instrumento una puntuación 0.887 y el alpha ordinal de 0.908 superando el mínimo requerido, confirmando así, un alto nivel de consistencia interna (Manrique, 2019)

#### ***4.5. Plan de análisis***

De acuerdo con la naturaleza de las investigaciones de tipo correlacional, se utilizó el análisis estadístico bivariado, típico de la estadística descriptiva; presentando resultados a través de tablas de frecuencia y tamaños porcentuales. El procesamiento de datos se realizó a través del software Microsoft Excel 2016 y del paquete Statistical Package for Social Sciences (SPSS). v.24. El análisis de correlación se realizó utilizando el coeficiente de correlación de Pearson.

#### 4.6. Matriz de consistencia

Enunciado	Objetivos	hipótesis	Metodología	Técnicas e instrumentos
¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico y de comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque, 2020?	<p><b>Objetivo general:</b> Determinar la relación del bienestar psicológico y la comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Determinar la relación entre la dimensión bienestar subjetivo y la de bienestar subjetivo y comunicación familiar de los comerciantes</p>	<p><b>Hipótesis general:</b> Existe relación significativa entre la influencia del bienestar psicológico y la comunicación familiar que tienen los comerciantes del mercado Moshoqueque.</p> <p><b>Hipótesis específico.</b> Existe relación significativa entre la dimensión bienestar subjetivo y la comunicación</p>	<p>La presente investigación es de tipo mixto, porque busca integrar tanto el tipo cuantitativo como el cualitativo, para conseguir resultados más confiables utilizando ambos métodos (Hernández, 2014). Para realizar la investigación se optará por utilizar un diseño Descriptivo Correlacional, esta investigación nos permitirá medir el grado de relación que hay entre las dos variables (Hernández, 2014)</p> <p>La presente investigación es no experimental, transaccional, porque su propósito es recolectar datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Hernández, 2014).</p>	<p>La técnica empleada para la medición de las variables y su respectiva especificación será por medio de la encuesta para recoger los datos de una muestra apropiada, a través de la aplicación de la “Escala de comunicación familiar” (Fcs) y la “Escala de Bienestar Psicológico” de José Sánchez Canabos, que servirán para la recolección de la debida información de forma directa y su posterior procesamiento.</p> <p>En esta investigación se han utilizado solo dos test para su aplicación y la recolección de los datos, que son: “Escala de Bienestar Psicológico”; de José Sánchez Canabos. Escala de comunicación familiar (FCS).</p>

del mercado Moshoqueque.	familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque.	La población está constituida por los 100 comerciantes que están en las edades de 19 a 53 años, que son los que se encuentran bajo de régimen de independientes.
Determinar la relación entre la dimensión de bienestar material y la comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque.	Existe relación significativa entre la dimensión de bienestar material y la comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque.	La muestra está constituida por los 100 comerciantes, debido a la pequeñez de la población, el estudio muestral será de tipo poblacional y no probabilístico.

#### ***4.7. Principios éticos***

El presente estudio contempló los principios éticos necesarios para su realización, tales como no presentar los trabajos académicos de otros compañeros y no plagiar trabajos o investigaciones de internet y la practica del valor de la honestidad para evitar la copia y el plagio, sugeridos por el comité de ética y el reglamento de ética de la universidad Uladech, evidenciándose a través de la originalidad de este proyecto y los documentos como el consentimiento informado firmado por los participantes del estudio (CIEI, 2019).

## V. RESULTADOS

### 5.1. Resultados

**Tabla 1.**

*Correlación entre bienestar psicológico y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020*

<b>Variables</b>		<b>Comunicación familiar</b>	
<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Bienestar</b>	<i>Correlación de Pearson</i>	,218
	<b>Subjetivo</b>	<i>Sig. (bilateral)</i>	,069
		<i>N</i>	70
	<b>Bienestar</b>	<i>Correlación de Pearson</i>	,336**
	<b>Material</b>	<i>Sig. (bilateral)</i>	,004
		<i>N</i>	70

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

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

**Fuente:** *Escala de comunicación familiar (FCS) y Escala de bienestar psicológico de José Sánchez Canobos.*

En la Tabla 1, se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson, donde se observa que entre bienestar psicológico y comunicación familiar existe una relación directa significativa, lo que indica que a mayores niveles de bienestar psicológica habrá una mejor comunicación intrafamiliar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.

**Tabla 2.**

*Correlación entre bienestar subjetivo y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020*

<b>Comunicación familiar</b>		
<b>Bienestar</b>	<i>Correlación de Pearson</i>	,218
<b>Subjetivo</b>	<i>Sig. (bilateral)</i>	,069
	<i>N</i>	70

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

**Fuente:** *Escala de comunicación familiar (FCS) y Escala de bienestar psicológico de José Sánchez Canobos.*

En la Tabla 2, se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson, se observa que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión bienestar subjetivo y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.

**Tabla 3.**

*Correlación entre bienestar material y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020*

<b>Comunicación familiar</b>		
<b>Bienestar</b>	Correlación de Pearson	,336**
<b>Material</b>	Sig. (bilateral)	,004
	N	70

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

**Fuente:** *Escala de comunicación familiar (FCS) y Escala de bienestar psicológico de José Sánchez Canobos.*

En la Tabla 3, se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson, donde se ha encontrado una correlación estadísticamente significativa directa ( $p < 0,05$ ) entre el bienestar material y la comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020.

## *5.2. Análisis de resultados*

En la tabla 1, se observa que entre bienestar psicológico y comunicación familiar existe una relación directa significativa, verificado en su nivel de significancia  $p < 0.05$ , lo que indica que a mayores niveles de bienestar psicológica habrá una mejor comunicación intrafamiliar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020. En este sentido se tiene que la percepción personal sobre el nivel de bienestar y la satisfacción con los logros obtenidos a los largo de la existencia, de los comerciantes estudiados se relaciona con la capacidad de manifestar sus pensamientos y sentimientos en el ámbito de su vida familiar. Esto se apoya, con lo establecido por Rodríguez (2015) donde establece que el bienestar psicológico influye diferencialmente en la adopción de las estrategias de reevaluación positiva, búsqueda de apoyo familiar y planificación, logrando de esta manera optimizar el afrontamiento eficaz de los problemas. Entre los antecedentes encontrados, previamente se puede percibir que la variable de bienestar psicológico también se ha relacionado significativamente con la variable de satisfacción con la vida (Moreta, 2017) y con la variable de estrés académico (Yataco, 2019). Con respecto al modelo sistémico establecido por Casullo, se puede decir, que el bienestar Psicológico como variable de estudio incluye componentes como la satisfacción personal y vincular, la ausencia de depresión y las experiencias emocionales positivas que un individuo puede percibir con respecto a su entorno (García, 2015).

En la Tabla 2, se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson, se observa que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión bienestar subjetivo y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020. Lo que indica que en esta investigación, reflejan no existe una correlación entre la categoría de bienestar subjetivo y comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19. Sin embargo, se puede encontrar en estudios previos realizados, que el bienestar psicológico tiene cierto impacto y relación con la dinámica social y la capacidad de afrontar situaciones conflictivas (Moreta, 2017). Un antecedente encontrado



también refleja que el bienestar subjetivo no se relaciona con una de las subcategorías de estrés académico, aunque si se observa relación con la variable en general (Yataco, 2019).

En la Tabla 3, se utilizó la prueba estadística de correlación de Pearson, donde se ha encontrado una correlación estadísticamente significativa directa ( $p < 0,05$ ) entre el bienestar material y la comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020. Lo que indica que a mejor bienestar material serán más altos los niveles de comunicación familiar. Esto señala que los ingresos económicos del grupo de estudio, repercuten sobre el nivel de comunicación familiar que pueden experimentar en sus hogares. Lo cual se ve reflejado en el modelo teórico de Casullo, porque el bienestar psicológico a ser un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico, económico y social (Delgado, 2020).

Antes de terminar con el análisis de mis resultados, me gustaría mencionar los inconvenientes y limitaciones que he tenido al buscar antecedentes de estudio para mi investigación, debido a que no he podido encontrar investigaciones que directa y específicamente traten mis variables de bienestar psicológico y comunicación familiar, al igual que la utilización de mis instrumentos de recolección de datos, que son la escala de bienestar psicológico de José Sánchez Canobos y la escala de comunicación familiar (Fcs), o la aplicación de éstos al mismo grupo de estudio que he seleccionado o que sean del mismo tipo y diseño que mi investigación.

## VI. CONCLUSIONES

*Las conclusiones que he podido definir, luego de realizar una exhaustiva investigación, son las que a continuación les presento de modo organizado y sistematizado:*

Sí existe relación significativa entre el nivel de bienestar psicológico y el nivel de comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19- 2020.

No existe una relación significativa entre la categoría de bienestar subjetivo y el nivel de comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19- 2020.

Sí existe una relación significativa entre la categoría de bienestar material y el nivel de comunicación familiar de los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid 19- 2020.

## VII. RECOMENDACIONES

Las autoridades de la Municipalidad de José Leonardo Ortiz, deben fomentar actividades de formación y motivación para fortalecer sus niveles de bienestar psicológico y comunicación familiar.

Se deben diseñar, implementar y ejecutar programas de “Bienestar psicológico y comunicación familiar” para los comerciantes del mercado Moshoqueque, con la intención de informar, sensibilizar y concientizar a los comerciantes sobre su salud mental y mejorar su comunicación familiar.

Se debería incluir en futuras investigaciones al Covid 19, como una variable a estudiar en el ámbito de la psicología, para poder especificar las consecuencias conductuales que ha podido provocar en las personas a lo largo de este 2020.

## REFERENCIAS

- Aguilar, Y. (2019). “Funcionalidad y satisfacción familiar en familias de la asociación Pampa Limay - Pachacamac, Lima 2018”. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio institucional. <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2773/TESIS%20Kcana%20Yolanda%20-%20Pablo%20Gioveth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Amasifuen, C. (2016). Bienestar psicológico e involucramiento laboral en colaboradores de un organismo descentralizado de la municipalidad provincial de Trujillo – 2016. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego de Trujillo]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/2972>
- APA. (2020). COVID-19 y servicios de psicología: cómo proteger a sus pacientes y su práctica. American Psychological Association. [https://www.apaservices.org/practice/news/covid19-psychology-services-protection?\\_ga=2.239296587.994367100.1601566258-139733990.1601566258](https://www.apaservices.org/practice/news/covid19-psychology-services-protection?_ga=2.239296587.994367100.1601566258-139733990.1601566258)
- Arriaga Saldivar, N.I. (2018). Bienestar psicológico en jóvenes estudiantes del nivel superior. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de México]. <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/94984/Bienestar%20psicol%C3%B3gico%20en%20j%C3%B3venes%20estudiantes%20del%20nivel%20superior.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Ato Fernández, E.G. (2017). Nivel de comunicación padres - adolescentes en las estudiantes del VI ciclo de una Institución Educativa Privada, en el distrito de San Miguel- 2017. [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1531/TRAB.SUF.PROF.%20ATO%20FERNANDEZ%20ELVIRA%20GRACIELA.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Ayala Cañón, L. (2018). Necesidades sociales en España. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rey Juan Carlos y Equalitas de España]. <https://observatoriosociallacaixa.org/bienestar-economico-material>

- Barría, C. (2020). Coronavirus en Perú: Porque un país que tuvo un gran crecimiento económico no invirtió en su sistema sanitario. BBC. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-52843655>
- Bazo, J. (2017). El modelo circunplejo tridimensional (3-D) sobre las mediciones no curvilíneas del faces III. Consultado el 8 de noviembre del 2020. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342017000100027](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342017000100027)
- Bojorge Martínez, A. (2016). Los patrones de comunicación familiar y su impacto en la promoción de la dieta correcta y la activación física en la adolescencia. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de México]. <https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/4391/Los%20patrones%20de%20comunicaci%F3n%20familiar%20y%20su%20impacto%20en%20la%20promoci%F3n%20de%20la%20dieta%20correcta%20y%20la%20activaci%F3n%20f%EDsica%20en%20la%20adolescencia.pdf;jsessionid=BD162B958E2E0D23C245FB73AA65FB6D?sequence=3>
- Campos Ugaz, D. (2018). Bienestar psicológico, según semestre de estudios y género, en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma de Lima]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1624/tesis%20DANIEL%20CAMPOS%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carrillo, G. (2019). Ansiedad y Bienestar Psicológico en estudiantes de Psicología de la Universidad Nacional de Tumbes, 2018. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/367>
- Chambergó, R. (2017). El mercado mayorista para Chiclayo. Semanario expresión. Consultado el 15 de octubre de 2020: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-52843655>
- Chavarry Ortiz, R.J. (2019). Comunicación familiar en el personal de salud del Hospital Belén de Trujillo, 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Institucional. [file:///C:/Users/Gilmer/Downloads/Uladech\\_Biblioteca\\_virtual%20\(11\).pdf](file:///C:/Users/Gilmer/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20(11).pdf)

- Chávez Cacallaca, E. (2016). Comunicación familiar y su relación con la depresión en estudiantes del 5° de secundaria de la Institución Educativa Adventista Puno, 2015. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/440/Ester\\_Tesis\\_maestria\\_2016.pdf?sequence=1](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/440/Ester_Tesis_maestria_2016.pdf?sequence=1)
- Chávez Romero, C.P. (2015). Calidad de vida y bienestar psicológico en personas con discapacidad motriz de un centro de integración de discapacitados de Trujillo. [Tesis de Licenciatura, Universidad Upao de Trujillo]. Repositorio Institucional. [http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1768/1/RE\\_PSICOLOGIA\\_CALIDAD.VIDA\\_BIENESTAR.PSICOLOGICO\\_DISCAPACIDAD.MOTRIZ\\_TESIS.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1768/1/RE_PSICOLOGIA_CALIDAD.VIDA_BIENESTAR.PSICOLOGICO_DISCAPACIDAD.MOTRIZ_TESIS.pdf)
- Clay, R. (2020). Cómo los psicólogos del mundo abordan el covid-19. American Psychological Association. <https://www.apa.org/topics/covid-19/world-psychologists>
- Comité Institucional de ética en Investigación. (2019). Código de ética para la Investigación. Universidad Los Ángeles de Chimbote. <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
- Consejo Nacional de Colegios farmacéuticos. (2020). Coronavirus: Covid 19- informe final. +Farmacéuticos. <https://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/Asesoramiento-salud-publica/infeccion-coronavirus-2019-nCoV/Paginas/informacion-farmaceuticos.aspx>
- De Angelis, T. (2020). ¿Las líneas de crisis de las nuevas necesidades de salud mental? American Psychological Association. <https://www.apa.org/topics/covid-19/crisis-lines-mental-health>
- Delgado Ahuanari, A. (2020). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16343/1/2020\\_estudiantes\\_psicologico\\_bienestar.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16343/1/2020_estudiantes_psicologico_bienestar.pdf)
- Francisco Tarazona, L.B. (2019). Comunicación familiar en pobladores del caserío de Ampu en Carhuaz, 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad Los Ángeles de Chimbote].

- Repositorio Institucional.  
file:///C:/Users/Gilmer/Downloads/Uldech\_Biblioteca\_virtual%20(12).pdf
- Freire Rodríguez, C. (2014). El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: Operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento. [Tesis de Doctorado, Universidad de la Coruña de España]. <https://core.ac.uk/download/pdf/61913475.pdf>
- García, C. (2015). Estilos de vida y bienestar psicológico en adolescentes del valle de Uco. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Quito]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1768>
- Granados, J. (2017). Bienestar Psicológico del personal de la unidad de recolección de evidencias del ministerio público. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar de Guatemala]. Repositorio Institucional. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrce/2017/05/42/Iraheta-Guisela.pdf>
- Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación. México. Mc Graw Hill. 6 edición. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Huff, Ch. (2020). Delirio, trastorno de estrés postraumático, niebla mental: las secuelas de sobrevivir al COVID-19. American Psychological Association. <https://www.apa.org/monitor/2020/09/aftermath-covid-19>
- López, A., Villarreal, D. y Paz, Á. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar en estudiantes universitarios. Revista costarricense de psicología, 35(1), 31-46. <http://www.scielo.sa.cr/pdf/rcp/v35n1/1659-2913-rcp-35-01-00037.pdf>
- Lozano Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. Revista de Neuropsiquiatría. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972020000100051&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972020000100051&script=sci_abstract)
- Luna Feijoo, M. (2017). Relación del bienestar psicológico, estrés académico y el estilo de vida de los estudiantes de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. [Tesis de Doctorado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional.

- [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2379/T\\_DOCTORADO%20EN%20PSICOLOG%C3%8DA\\_LUNA\\_FEIJ%C3%93O\\_MAR%C3%8DA\\_DE\\_L\\_CARMEN.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2379/T_DOCTORADO%20EN%20PSICOLOG%C3%8DA_LUNA_FEIJ%C3%93O_MAR%C3%8DA_DE_L_CARMEN.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Manrique, K. (2019). Propiedades Psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar en universitarios de la provincia del Santa. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo de Trujillo]. Repositorio Institucional. [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/32325/Manrique\\_SKL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/32325/Manrique_SKL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Martínez Girón, M.C. (2016). Bienestar psicológico en estudiantes de psicología del primer y segundo año que tienen mascotas comparado con estudiantes que no tienen. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar de Guatemala]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/42/Martinez-Marlyn.pdf>
- Matallana Flores, S.R. (2019). Bienestar psicológico y calidad de vida en estudiantes del tercer año de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lima. [Tesis de Licenciatura, Universidad Científica del Sur de Lima]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/UCS/739/TL-Matallana%20S.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Meza Rueda, J.L. (2016). Familia, escuela y Desarrollo Humano. [Tesis de Maestría, Universidad de la Salle de Colombia]. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/gt/20161116033448/FamiliaEscuelaYDesarrolloHumano.pdf>
- Ministerio de Salud del Perú. (2020). Los nuevos contagios de COVID-19 se producen en las visitas a familiares y amigos. Minsa. <https://gestion.pe/peru/minsa-los-nuevos-contagios-de-covid-19-se-producen-en-las-visitas-a-familiares-y-amigos-nndc-noticia/>
- Ministerio de Salud. (2019). Control y prevención en salud mental. Minsa. [https://www.minsa.gob.pe/presupuestales/doc2019/pp/anexo/ANEXO2\\_9.pdf](https://www.minsa.gob.pe/presupuestales/doc2019/pp/anexo/ANEXO2_9.pdf)
- Montoya, S. (2019). Funcionamiento prevalente en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa, Chimbote, 2018. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica



- Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Institucional.  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/10130>
- Moreta Jiménez, R. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Quito].  
<https://www.redalyc.org/pdf/4397/439752880005.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. OMS. <https://www.who.int/es/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- Ortiz Benavides, E. (2015). Bienestar y Felicidad: Un estudio de datos panel en el municipio de Pasto- Colombia. [Tesis de Maestría, Universidad de Nariño de Colombia].  
<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v18n1/v18n1a10.pdf>
- Pezutti Laynes, F.R. (2017). Comunicación, roles y estructura familiar en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de secundaria. [Tesis de Doctorado, Universidad Cesar Vallejo de Perú]. Repositorio Institucional.  
[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/5331/Pezutti\\_LFDR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/5331/Pezutti_LFDR.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ríos Campos, S.M. (2016). Comunicación familiar y nivel de conducta agresiva en los estudiantes del 6to grado del nivel primario de la I.E. “Luisa del Carmen del Águila Reátegui”- Tarapoto 2014. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo de Perú]. Repositorio Institucional.  
[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1760/rios\\_cs.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1760/rios_cs.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Santos, S. (2017). Bienestar psicológico y dimensiones de la interacción trabajo – familia de trabajadores de una entidad pública de Trujillo. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte de Perú]. Repositorio Institucional.  
[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUPN\\_418c576110e4738564a6747c194acbae](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UUPN_418c576110e4738564a6747c194acbae)

- Sequera, D. (2020). Coronavirus: tesis sobre el presente. Misión Verdad. Consultado el 15 de octubre de 2020. <https://medium.com/@misionverdad2012/coronavirus-tesis-sobre-el-presente-fe946ec77af3>
- Sevillano Franco, K. (2018). Comunicación familiar prevalente en estudiantes de secundaria de la institución educativa. 80002 “Antonio Torres Araujo”. [Tesis de Licenciatura, Universidad Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/5808>
- Sigüenza, W. (2015). Funcionamiento familiar según el modelo circunplejo de Olson. [Tesis de Maestría, Universidad de Cuenca de Ecuador]. Repositorio Institucional. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/21878>
- Sobrino Chunga, L. (2018). Niveles de satisfacción familiar y de comunicación entre padres e hijos. [Tesis de Doctorado, Universidad Nacional de España]. <https://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/sastisfaccionfamiliar.pdf>
- Suarez Sirlopu, K. (2019). Bienestar psicológico en colaboradores de una empresa intermediadora en el rubro industrial de Chiclayo, agosto-diciembre 2018. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. [http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/2069/TL\\_SuarezSirlopu Karla.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/2069/TL_SuarezSirlopu Karla.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Tello Sullca, J. (2018). Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal de Lima]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2260/TELLO%20SULLCA%20JESUS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ticona Mamani, L.M. (2017). Bienestar psicológico y capacidad de perdonar en estudiantes de la Universidad Privada de Lima Este- 2016. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión de Lima]. Repositorio Institucional. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/418/Luz\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/418/Luz_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Toyana, J. (2019). Conoce todos tus derechos, como trabajador en caso de ser despedido. Bumeran. Consultado el 15 de octubre de 2020.

<https://www.bumeran.com.pe/noticias/despidos-ya-sabes-cuales-son-tus-derechos-en-este-caso/>

- Tustón Jara, M. (2016). La comunicación familiar y la asertividad de los adolescentes de noveno y décimo año de educación básica del instituto tecnológico agropecuario Benjamín Araujo del Cantón Patate. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato de Ecuador]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/20698/2/COMUNICACION%20FAMILIAR%20Y%20ASERTIVIDAD%20-%20copia.pdf>
- Urbano Reaño, E.Y. (2019). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de Lima Norte-2017. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia de Lima]. Repositorio Institucional. [http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/6441/Estilos\\_UrbanoReano\\_Ediora.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/6441/Estilos_UrbanoReano_Ediora.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Yataco Apaza, J.P. (2019). Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una Universidad Privada de Lima Sur. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/707/1/Yataco%20Apaza%20c%20Jessica%20Paola.pdf>
- Zapata, A. (2016). Bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios que realizan danzas folclóricas. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional. [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/7712/ZAPATA\\_JARA\\_ADRIANA\\_BIENESTAR\\_PSICOLOGICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/7712/ZAPATA_JARA_ADRIANA_BIENESTAR_PSICOLOGICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## ANEXOS

### *Anexo 1: Cronograma de actividades*

<b>CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES</b>																	
<b>N</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>2020</b>															
		<b>AGOSTO</b>				<b>SEPTIEMBRE</b>				<b>OCTUBRE</b>				<b>NOVIEMBRE</b>			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>1</b>	Elaboración del Proyecto	X															
<b>2</b>	Revisión del proyecto por el Jurado de Investigación		X														
<b>3</b>	Aprobación del proyecto por el Jurado de Investigación			X													
<b>4</b>	Exposición del proyecto al Jurado de Investigación o Docente Tutor				X												
<b>5</b>	Mejora del marco teórico					X											
<b>6</b>	Redacción de la revisión de la literatura.						X										
<b>7</b>	Elaboración del consentimiento informado							X									
<b>8</b>	Ejecución de la metodología								X								
<b>9</b>	Resultados de la investigación									X							
<b>10</b>	Conclusiones y recomendaciones										X						
<b>11</b>	Redacción del preinforme de Investigación.											X					
<b>12</b>	Reacción del informe final												X				
<b>13</b>	Aprobación del informe final por el Jurado de Investigación													X			
<b>14</b>	Presentación de ponencia en eventos científicos														X		
<b>15</b>	Redacción de artículo científico															X	

**Anexo 2: Presupuesto**

<b>Presupuesto desembolsable (Estudiante)</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Base</b>	<b>% o Número</b>	<b>Total (S/.)</b>
<b>Suministros (*)</b>			
Impresiones	0.50	100	50.00
Fotocopias	0.10	100	10.00
Empastado	20.00	3	60.00
Papel bond A-4 (500 hojas)	10.00	1	10.00
Lapiceros	0.50	10	5.00
<b>Servicios</b>			
Uso de Turnitin	50.00	2	100.00
Sub total			235.00
<b>Gastos de viaje</b>			
Pasajes para recolectar información	6.00	5	30.00
Sub total			30.00
<b>Total de presupuesto desembolsable</b>			265.00
<b>Presupuesto no desembolsable (Universidad)</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Base</b>	<b>% o Número</b>	<b>Total (S/.)</b>
<b>Servicios</b>			
Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital - LAD)	30.00	4	120.00
Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University - MOIC)	40.00	4	160.00
Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			400.00
<b>Recurso humano</b>			
Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.00
Sub total			652.00
<b>Total de presupuesto no desembolsable</b>			265.00
<b>Total (S/.)</b>			917.00

**Anexo 3: Instrumentos de evaluación.**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**INSTRUMENTO DE EVALUACION I**

**I. Cuestionario de tipo de familia:**

Nuclear ( ) Extensa ( ) Monoparental ( ) Tres generaciones ( ) Reconstituida ( )

**II. Variables demográficas:** Sexo:... 3. Edad:... 4. Estado civil:...5 N de hijos ...

**III. Escala de comunicación familiar (FCS)**

A continuación encontrará una serie de enunciados acerca de cómo son las familias, por lo que usted encontrará cinco posibilidades de respuesta para cada pregunta.

<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
<i>Totalmente en desacuerdo</i>	<i>Generalmente en desacuerdo</i>	<i>Indeciso</i>	<i>Generalmente de acuerdo</i>	<i>Totalmente de acuerdo</i>

<b>PREGUNTAS</b>	<b>RESPUESTAS</b>				
1. Los miembros de la familia están satisfechos con la forma en que nos comunicamos	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
2. Los miembros de la familia son muy buenos escuchando	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
3. Los miembros de la familia nos expresamos afecto entre nosotros.	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
4. Los miembros de la familia son capaces de preguntarse entre ellos lo que quieren.	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
5. Los miembros de la familia pueden discutir calmadamente sus problemas.	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
6. Los miembros de la familia discuten sus ideas y creencias	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
7. Cuando los miembros de la familia se preguntan algo, reciben respuestas honestas.	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
8. Los miembros de la familia tratan de comprender lo sentimientos de los otros miembros.	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
9. Los miembros de la familia cuando están enojados rara vez se dicen cosas negativas	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>
10. Los miembros de la familia expresan sus verdaderos sentimientos	<b>TD</b>	<b>GD</b>	<b>I</b>	<b>GA</b>	<b>TA</b>



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**INSTRUMENTO DE EVALUACION II**  
*“Escala de Bienestar Psicológico”; Autor: - Sánchez Canobos*

EDAD: \_\_\_\_\_ SEXO: \_\_\_\_\_

Sr. Srta. Se le solicita su participación respondiendo la presente encuesta cuyos datos serán utilizados en forma anónima en un estudio de investigación en la Tesis *BIENESTAR PSICOLÓGICO Y LA COMUNICACIÓN FAMILIAR EN COMERCIANTES DEL MERCADO MOSHOQUEQUE 2020*. Agradecemos su participación. A continuación se presenta una serie de afirmaciones.

Por favor, marque espontáneamente y sin pensar mucho la que mejor se ajuste a su caso.

<b>N</b>	<b>AV</b>	<b>BV</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
<i>Nunca o casi nunca</i>	<i>Algunas veces</i>	<i>Bastantes veces</i>	<i>Casi siempre</i>	<i>Siempre</i>

<b>PREGUNTAS</b>	<b>RESPUESTAS</b>				
1. Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.	N	AV	BV	CS	S
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.	N	AV	BV	CS	S
3. Me siento bien conmigo mismo.	N	AV	BV	CS	S
4. Todo me parece interesante.	N	AV	BV	CS	S
5. Me gusta divertirme.	N	AV	BV	CS	S
6. Me siento jovial.	N	AV	BV	CS	S
7. Busco momentos de distracción y descanso.	N	AV	BV	CS	S
8. Tengo buena suerte.	N	AV	BV	CS	S
9. Estoy ilusionado/a.	N	AV	BV	CS	S
10. Se me han abierto muchas puertas en mi vida.	N	AV	BV	CS	S
11. Me siento optimista.	N	AV	BV	CS	S
12. Me siento capaz de realizar mi trabajo.	N	AV	BV	CS	S
13. Creo que tengo buena suerte.	N	AV	BV	CS	S
14. Duermo bien y de forma tranquila.	N	AV	BV	CS	S
15. Me creo útil y necesario/a para la gente.	N	AV	BV	CS	S
16. Creo que sucederán cosas agradables.	N	AV	BV	CS	S
17. Creo que como persona, (madre/padre, esposa/esposo, trabajador/a) he logrado lo que quería.	N	AV	BV	CS	S
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona.	N	AV	BV	CS	S
19. Creo que puedo superar mis errores y debilidades.	N	AV	BV	CS	S
20. Creo que mi familia me quiere.	N	AV	BV	CS	S
21. Me siento en forma.	N	AV	BV	CS	S

22. <i>Tengo muchas ganas de vivir.</i>	N	AV	BV	CS	S
23. <i>Me enfrento a mi trabajo y mis tareas con buen ánimo.</i>	N	AV	BV	CS	S
24. <i>Me gusta lo que hago.</i>	N	AV	BV	CS	S
25. <i>Disfruto de las comidas.</i>	N	AV	BV	CS	S
26. <i>Me gusta salir y ver a la gente.</i>	N	AV	BV	CS	S
27. <i>Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo</i>	N	AV	BV	CS	S
28. <i>Creo que, generalmente, tengo buen humor.</i>	N	AV	BV	CS	S
29. <i>Siento que todo me va bien.</i>	N	AV	BV	CS	S
30. <i>Tengo confianza en mí mismo/a.</i>	N	AV	BV	CS	S
31. <i>Vivo con cierto desahogo y bienestar.</i>	N	AV	BV	CS	S
32. <i>Puedo decir que soy afortunado/a.</i>	N	AV	BV	CS	S
33. <i>Tengo una vida tranquila.</i>	N	AV	BV	CS	S
34. <i>Tengo lo necesario para vivir.</i>	N	AV	BV	CS	S
35. <i>La vida me ha sido favorable.</i>	N	AV	BV	CS	S
36. <i>Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.</i>	N	AV	BV	CS	S
37. <i>Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.</i>	N	AV	BV	CS	S
38. <i>Las condiciones en que vivo son cómodas.</i>	N	AV	BV	CS	S
39. <i>Mi situación es relativamente próspera.</i>	N	AV	BV	CS	S
40. <i>Estoy tranquilo/a sobre mi futura económico.</i>	N	AV	BV	CS	S



*Anexo 4: Consentimiento informado*



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

31 de agosto de 2020

Estimado .....

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

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

Para tal efecto se le pedirá que responda a la escala de comunicación familiar y de bienestar psicológico. Nos interesa estudiar El BIENESTAR PSICOLÓGICO Y COMUNICACIÓN FAMILIAR EN COMERCIANTES DEL MERCADO MOSHOQUEQUE EN TIEMPOS DE COVID -2020. Nos gustaría que usted participara de esta investigación, pero tal participación es estrictamente voluntaria. Les aseguramos que su nombre no se mencionará en los hallazgos de la investigación. La información sólo se identificara mediante un código numérico.

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

Agradecemos su atención y apreciamos su interés y cooperación.

Atentamente,

Lic. Jilmer Rubén Guevara Coronel  
Investigador

*Anexo 5: Declaración jurada*



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**DECLARACIÓN JURADA**

Yo JILMER RUBEN GUEVARA CORONEL, estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, identificado(a) con DNI 43188565.

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y COMUNICACIÓN FAMILIAR EN COMERCIANTES DEL MERCADO MOSHOQUEQUE EN TIEMPOS DE COVID -2020, la misma que presento para optar el título profesional de Licenciado(a) en Psicología.

2. La tesis es un documento original y he respetado a los autores de las fuentes usadas, según las normas APA (7° Edición). Es decir, no he incurrido en fraude científico, plagio o vicios de autoría.

3. Los datos presentados en los resultados son reales, por lo que he contribuido directamente al contenido intelectual de este manuscrito, a la génesis y análisis de sus datos.

Por lo antes declarado, asumo frente LA UNIVERSIDAD y/o a terceros de cualquier responsabilidad, aun las pecuniarias, con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la tesis, así como por los derechos sobre la obra y/o invención presentada, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Trujillo, 15 de noviembre del año 2020.

.....

**Firma**

**JILMER RUBEN GUEVARA CORONEL**  
**43188565**



## Anexo 6: Tablas y figuras adicionales

**Tabla 4.**

*Bienestar subjetivo en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<i>Bajo</i>	0	0
<i>Medio Bajo</i>	0	0
<i>Medio</i>	0	0
<i>Medio Alto</i>	10	14
<i>Alto</i>	60	86
<b>Total</b>	70	100

*Fuente: Escala de bienestar psicológico de José Sánchez Canobos.*

**Figura 1.**

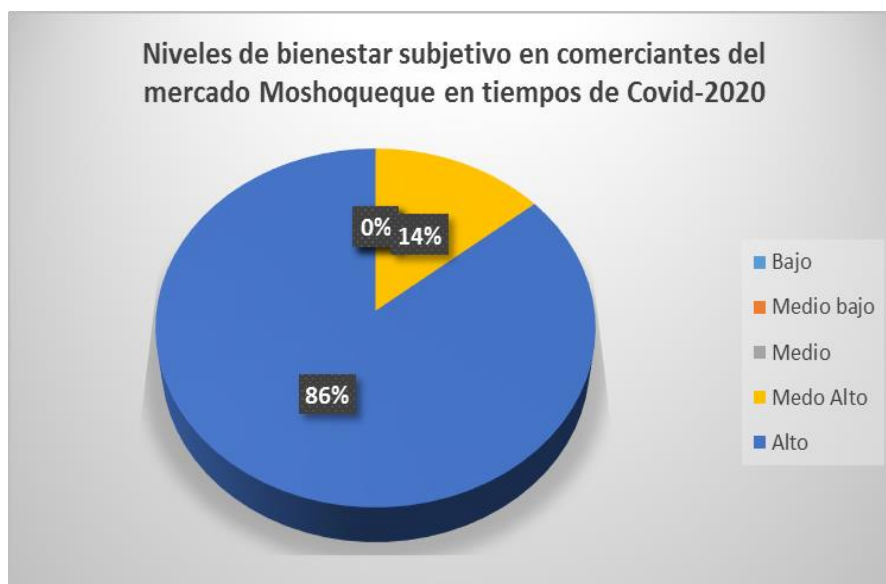


Figura 1. El gráfico circular de la distribución del nivel de bienestar subjetivo en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid- 2020.

Fuente: Según la tabla 1, los resultados obtenidos, se puede percibir que el nivel de bienestar subjetivo que predomina en los comerciantes del mercado Moshoqueque es alto, tal como lo refieren el 86% de los encuestados. Asimismo, existe un segundo grupo con un 14% que se encuentra en un nivel medio alto.

**Tabla 5.**

*Bienestar material en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid-2020*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<i>Bajo</i>	0	0
<i>Medio Bajo</i>	5	7
<i>Medio</i>	1	1
<i>Medio Alto</i>	10	14
<i>Alto</i>	54	78
<b>Total</b>	70	100

*Fuente: Escala de bienestar psicológico de José Sánchez Canobos.*

**Figura 2.**

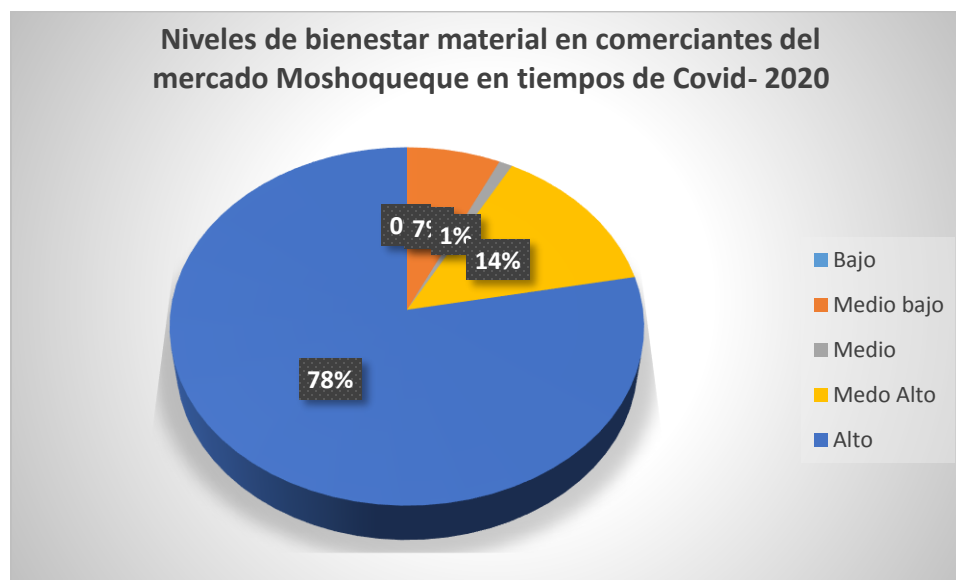


Figura 2. El gráfico circular de la distribución del nivel de bienestar material en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid- 2020.

Fuente: Según la tabla 2, los resultados obtenidos, se puede percibir que el nivel de bienestar material que predomina en los comerciantes del mercado Moshoqueque es alto, tal como lo refieren el 78% de los encuestados. Asimismo, el segundo grupo de relevancia equivale al 14%, presentan un nivel de bienestar de tipo medio alto; y, el tercer grupo de

importancia consiste en un 7% de encuestados que poseen un bajo nivel de bienestar material, y por último, existe un pequeño 1% que se encuentra en un nivel medio de bienestar material.

**Tabla 6.**

*Comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid- 2020*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
<i>Bajo</i>	11	16
<i>Medio</i>	48	68
<i>Alto</i>	11	16
<b>Total</b>	70	100

*Fuente: Escala de comunicación familiar (Fcs)*

**Figura 3.**

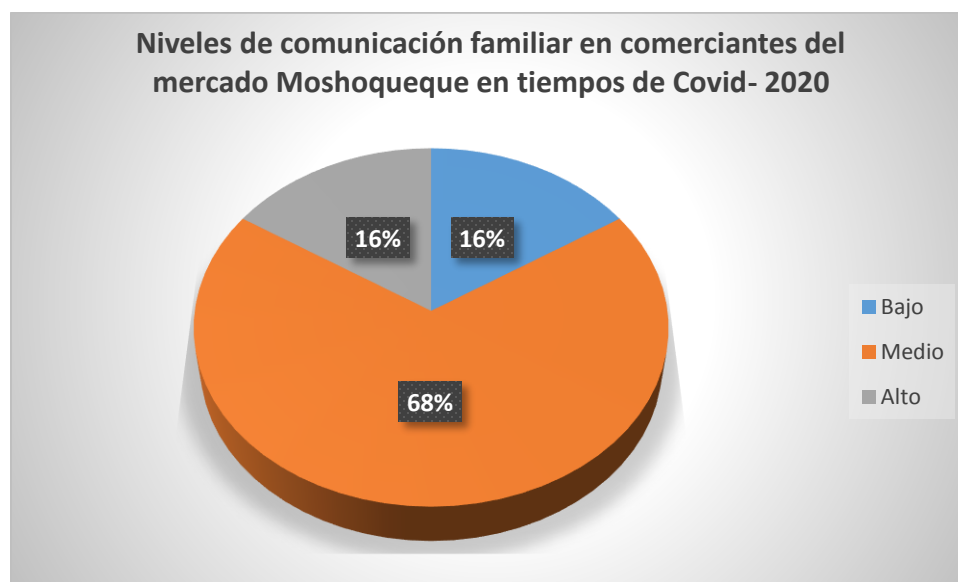


Figura 3. El gráfico circular de la distribución del nivel de comunicación familiar en los comerciantes del mercado Moshoqueque en tiempos de Covid- 2020.

Fuente: Según la tabla 3, los resultados obtenidos, se puede percibir que el nivel de comunicación familiar que predomina en los comerciantes del mercado Moshoqueque es medio, tal como lo refieren el 68% de los encuestados. Asimismo, el segundo grupo de

relevancia equivale al 16%, presentan un nivel de comunicación familiar de tipo medio; y, el tercer grupo de importancia consiste en un 16% de encuestados que poseen un bajo nivel de comunicación familiar.